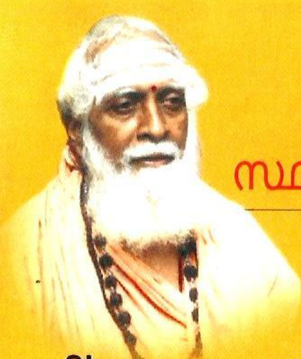


ഗീതയിലെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞദർശനം

സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി

വസിഷ്ഠഗുഹയിലെ ശ്രീ ശാന്താനന്ദപുരി സ്വാമികൾ പരമപുണ്യ ശ്രീ പുരുഷോത്തമാനന്ദ സ്വാമികളുടെ (വസിഷ്ഠഗുഹ) ശിഷ്യനാണ്. അദ്ദേഹം 1928-ൽ ജനിച്ചു. സ്വാമിജി വൈദികസാഹിത്യത്തിലും പുരാണങ്ങളിലും മഹാപണ്ഡിതനാണ്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ അഗാധജ്ഞാനവും ശ്രീമദ് ഭാഗവതം, ഭഗവദ്ഗീത, അഷ്ടാവക്രഗീത എന്നീ ഗ്രന്ഥങ്ങളുടെ ലളിതമായ വ്യാഖ്യാനവും കാരണം അദ്ദേഹം അധ്യാത്മസാധകർക്ക് വളരെ പ്രിയങ്കരനായ മാർഗ്ഗദർശിയായിത്തീർന്നിട്ടുണ്ട്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ സരളതയും ഈശ്വരശക്തിയിലുള്ള അഗാധ വിശ്വാസവും, സർവ്വേശ്വരന്റെ മുമ്പിൽ പൂർണ്ണമായ ആത്മസമർപ്പണവും അദ്ദേഹത്തെ ജ്ഞാന-ഭക്തി-വൈരാഗ്യങ്ങളുടെ ഒരു മഹനീയസമന്വയമൂർത്തിയാക്കിയിട്ടുണ്ട്.

സ്വാമിജിയുടെ വിപുലമായ പാണ്ഡിത്യവും ഭാരതീയ ദർശനങ്ങളോടും സംസ്കാരത്തോടുമുള്ള തീവ്രഭക്തിയും അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൃതികളിലെല്ലാം നിഴലിച്ചു കാണാം. അവ ആന്തരമായ ആധ്യാത്മികാനുഭൂതി നേടുന്നതിനും സ്വയം ഉയർന്ന ആധ്യാത്മിക തലത്തിലേക്കുയരുന്നതിനും പ്രായോഗിക മാർഗ്ഗദർശകങ്ങളാണ്. ആവർത്തിച്ചുള്ള അഭ്യാസത്തിനാണ് അദ്ദേഹം എന്നും പ്രാധാന്യം കല്പിച്ചിട്ടുള്ളത്.

പരമമായ അധ്യാത്മജ്ഞാനം ഉൾക്കൊള്ളുന്നു എന്ന് പരക്കെ പ്രശംസിക്കപ്പെടുന്ന ഭഗവദ്ഗീതയിലെ കേന്ദ്രസന്ദേശം ലളിതമായി വിവരിക്കുന്ന ഒന്നാണ് ഈ ഗ്രന്ഥം. ഗീതയുടെ യഥാർത്ഥ സന്ദേശം മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ സാധകർക്ക് പലപ്പോഴും വിഷമം നേരിടുന്നുണ്ട്. അതിനു കാരണം, ആശയക്കുഴപ്പം ഉണ്ടാക്കുന്നവിധം വ്യാഖ്യാതാക്കൾ ഗീതാവചനങ്ങളെ പലവിധത്തിൽ വിശദീകരിച്ചതാണ്. സാധകന്മാരുടെ വിഭിന്നതലങ്ങളിൽ ആ വ്യാഖ്യാനങ്ങൾ ശരിയാണെന്നും വരാം.

ഗീതോപദേശങ്ങളെ ദൈനംദിനജീവിതത്തിൽ നടപ്പിൽ വരുത്തി, മുക്തനായ ജ്ഞാനിയുടെ അവസ്ഥ പ്രാപിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രായോഗിക മാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വാമിജി ഈ ഗ്രന്ഥത്തിൽ നല്കുന്നു.

ഗീതയിലെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞദർശനം



സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി

ഗീതയിലെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞദർശനം

(മുക്തിയിലേക്കുള്ള നേർവഴി)

സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി

വിവർത്തകൻ: എസ്.വി. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ

സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി സദ്ഗുരു ഭക്തസമിതി
തിരുവനന്തപുരം

GITAYILE STHITA PRAJNA DARSANAM

Swami Shantananda Puri

Publisher : Swami Santananda Puri
Sadguru Bhaktasamiti,
Thiruvananthapuram

First Edition : July 2008

DTP Composing & Printing : Akshara Offset
Vanchiyoor
Thiruvananthapuram - 695 035
Phone: 0471 - 2471174

ഗീതയിലെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞദർശനം

സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി

പ്രസിദ്ധീകരണം : സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി
സദ്ഗുരു ഭക്തസമിതി
തിരുവനന്തപുരം

ആദ്യപതിപ്പ് : 2008 ജൂലായ്

ഡി.റ്റി.പി. കമ്പോസിങ്ങും
അച്ചടിയും : അക്ഷര ഓഫ്സെറ്റ്
വഞ്ചിയൂർ
തിരുവനന്തപുരം - 695 035
ഫോൺ: 0471 - 2471174

ഓം

സമർപ്പണം

ഈ ഗ്രന്ഥം അത്യാദരപൂർവ്വം എന്റെ ആദരണീയനായ ഗുരു **ശ്രീ പുരുഷോത്തമാനന്ദ സ്വാമികളുടെ** (വസിഷ്ഠഗുഹ, ഹിമാലയം) ചരണപദ്മങ്ങളിൽ സമർപ്പിക്കുന്നു. അവിടുത്തെ അനന്തമായ ദിവ്യകാരുണ്യമില്ലാതെ എന്റെ ചിന്തകൾക്ക് രൂപം കൊടുത്ത് അവയെ ഈ ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ രൂപത്തിലാക്കി ലോകമാസകലമുള്ള അധ്യാത്മസാധകർക്കു മുമ്പിൽ സമർപ്പിക്കാൻ സാധിക്കുമായിരുന്നില്ല.

- ***സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി***



ശ്രീ സ്വാമി പുരുഷോത്തമാനന്ദജി മഹാരാജ്

അവതാരിക

അധ്യാത്മശാസ്ത്രത്തിന്റെ എല്ലാ വശങ്ങളും ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ഏറ്റവും നല്ല ലഘുകൃതിയാണ് ശ്രീമദ് ഭഗവദ്ഗീത. അതിലും, രണ്ടാമധ്യായത്തിൽ പതിനെട്ടു ശ്ലോകങ്ങളിലായി വിവരിച്ചിരിക്കുന്ന സ്ഥിതപ്രജ്ഞലക്ഷണങ്ങൾ, ഏവരുടേയും പരമലക്ഷ്യമായ ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരത്തിനു വേണ്ട സാധനയുടെ പൂർണ്ണസാരം ഉൾക്കൊള്ളുന്നു.

'സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ' എന്ന വാക്കിൽത്തന്നെ, കർമ്മം, യോഗം, ജ്ഞാനം, ഭക്തി എന്നിങ്ങനെ മാർഗ്ഗമേതായാലും, പരമമായ ആനന്ദം കൈവരുന്നതിനുള്ള പ്രധാന സാധന ഉൾക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ആ വാക്കിന്റെ സാമാന്യമായ അർത്ഥം നിശ്ചലമായ, അചഞ്ചലമായ മനസ്സ് (പ്രജ്ഞ) ഉള്ള ഒരുവൻ എന്നാണ്. എല്ലാ സാധനകളുടേയും അന്തിമമായ ഉദ്ദേശം മനസ്സിനെ സംയമനം ചെയ്ത് നിശ്ചലമാക്കുകയാണ് – അതായത്, 'മനോനാശം' കൈവരുത്തുക. 'ചിത്തവൃത്തി നിരോധം' എന്നാണ് 'യോഗ' ത്തിന്റെ നിർവചനം. മനസ്സാണ് വൈവിധ്യത്തിന്റെ ഈ മായികലോകത്തെ സൃഷ്ടിച്ചിരിക്കുന്നത്; ജാഗ്രദവസ്ഥ എന്നു പറയുന്നതും ഈ സ്വപ്ന നാടകത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗം തന്നെ. ലോകം മുഴുവൻ ഒരു 'ചിന്ത' യാണ്. മനസ്സിൽ നിന്ന് ചിന്തകളെയെല്ലാം അകറ്റിയാൽ ഈ സ്വപ്നനാടകം അപ്രത്യക്ഷമാവും – സ്വപ്നം കാണുന്ന നിങ്ങൾ മാത്രം അവശേഷിക്കും.

ഈ ലോകചിന്തകൾക്കെല്ലാം അടിസ്ഥാനം പൂർവ്വ സംസ്കാരങ്ങൾ (വാസനകൾ) ആണ്. വാസനകൾ അടിഞ്ഞുകൂടുന്നത് ആഗ്രഹപ്രേരിതമായി കർമ്മങ്ങൾ ആവർത്തിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ്. സ്ഥിതപ്രജ്ഞനെ വിവരിക്കുന്നതിലൂടെ ഗീത നമുക്ക് വാസനകളെ, എന്തെങ്കിലും കർമ്മം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കാനുള്ള പ്രേരണയെ അകറ്റാനും, അങ്ങനെ ഈ മഹാമോഹത്തിൽ നിന്ന് മുക്തരാവാനും ഉള്ള വഴികൾ കാണിച്ചുതരുന്നു. കുറച്ച് കഠിന പ്രയത്നം ആവശ്യമായ ഏതെങ്കിലും സാധന അല്ലെങ്കിൽ പ്രവർത്തനമാർഗ്ഗം നമുക്കു പറഞ്ഞുതന്നാൽ നാം ഉടനെ ഒരു ഒഴികഴിവ് പറയുകയായി: 'ഇതൊക്കെ എനിക്കെങ്ങനെ ചെയ്യാൻ കഴിയും? സുഖദുഃഖങ്ങളേയും ജയപരാജയങ്ങളേയും ഒരുപോലെ കരുതാനും സമദൃഷ്ടി പുലർത്താനും എല്ലാം വളരെ വിഷമം! രാമകൃഷ്ണപരമഹംസൻ, ഭഗവാൻ രമണമഹർഷി എന്നിങ്ങനെ ദുർലഭം ആർക്കെങ്കിലും അങ്ങനെ ചെയ്യാൻ കഴിയുമായിരിക്കും.' നമുക്കാർക്കും അസാധ്യമായി ഒന്നുമില്ല. നമ്മുടെ നിഷേധാത്മക ചിന്തയാണ് ഏറ്റവും വലിയ മാനസിക തടസ്സമായി വഴിയിൽ നില്ക്കുന്നത്. നമ്മെ ബന്ധിച്ചതും മനസ്സ്; ബന്ധനമുക്തരാക്കാൻ കഴിവുള്ളതും മനസ്സ്. ആത്മാർത്ഥത, വിശ്വാസം, നിരന്തര പരിശ്രമത്തിനുതാങ്ങായി ദൃഢനിശ്ചയം – ഇവ നമ്മെ തീർച്ചയായും ലക്ഷ്യത്തിലെത്തിക്കും. ഈ സ്ഥിതപ്രജ്ഞ ലക്ഷണങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ശ്ലോകങ്ങൾ ഹൃദിസ്ഥമാക്കി ഇടയ്ക്കിടെ ചൊല്ലുന്നതു കൊണ്ടു തന്നെ ഒരു നാൾ അത് പ്രായോഗികമാക്കാൻ നമുക്ക് പ്രേരണയുണ്ടാവും.*

---

* *ഗാന്ധിജിയുടെ ആശ്രമത്തിൽ സന്ധ്യാസമയത്തെ പ്രാർത്ഥനയുടെ ഒരു ഭാഗമായിരുന്നു ഈ ശ്ലോകങ്ങൾ – വിവർത്തകൻ*

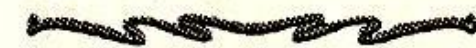
ഇനി പുസ്തകങ്ങളൊന്നും എഴുതില്ലെന്ന് ഞാൻ പണ്ടേ തീർച്ചയാക്കിയിരുന്നു. എന്റെ പുസ്തകങ്ങളുടെയെല്ലാം പ്രസിദ്ധീകരണത്തിനു പിന്നിലെ 'സൂത്രധാര'നായ ശ്രീ ഡി.എൻ. ആനന്ദ് (ബാംഗ്ലൂർ) ഒരു ദിവസം എനിക്ക് ഫോൺ ചെയ്ത് 'സ്ഥിതപ്രജ്ഞ'നെപ്പറ്റി ഞാൻ എഴുതണമെന്ന നിർദ്ദേശം മുന്നിൽ വെച്ചു. അതെനിക്കും ബോധിച്ചു. ആന്തരമായ ആദേശവും എനിക്കു കിട്ടി. അടുത്ത ദിവസം തന്നെ ഞാനിതെഴുതിത്തുടങ്ങി. അദ്ദേഹത്തിന് എന്റെ അനുഗ്രഹങ്ങൾ.

ബാംഗ്ലൂരിലെ ഓംകാർ ഓഫ്സെറ്റ് പ്രിന്റേഴ്സിലെ ശ്രീ വെങ്കടേശ് ബാബുവിനോടും എന്റെ കൃതജ്ഞത പ്രകാശിപ്പിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഇതിനേക്കാൾ പലമടങ്ങ് ലാഭകരമായ പല ജോലികൾ ലഭിച്ചിട്ടും, അദ്ദേഹം എപ്പോഴും ആത്മാർത്ഥതയോടും സ്നേഹത്തോടും ഭക്തിയോടും കൂടി, എന്റെ കൈകളിൽ നിന്നു വരുന്ന ഈ കൃതികളെ, ഏറ്റവും നല്ല കടലാസ്സുപയോഗിച്ച്, ഭംഗിയായി കവർപേജുണ്ടാക്കി, മുൻഗണന നല്കി അച്ചടിച്ച് സമയത്തിനു തയ്യാറാക്കാൻ സദയം പ്രവർത്തിച്ചിട്ടുണ്ട്.

സർവ്വേശ്വരൻ നമ്മെയെല്ലാം അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ!

സപ്രേമം ഹരി ഓം.

– സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി



ശ്രീ സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി

ഗ്രന്ഥകർത്താവിനെപ്പറ്റി

ശാന്താ മഹാന്തോ നിവസന്തി സന്തഃ
വസന്തവല്ലോകഹിതം ചരന്തഃ
തീർണാഃ സ്വയം ഭീമഭവാർണവം ജനാൻ
അഹേതുനാന്യാനപി താരയന്തഃ

(വിവേകചൂഡാമണി-39)

'ശാന്തരും ബ്രഹ്മജ്ഞരും ഭയങ്കരമായ സംസാര സമുദ്രത്തെ സ്വയം തരണം ചെയ്തവരും, തനിക്കായി യാതൊരു പ്രയോജനവും ഇച്ഛിക്കാതെ മറ്റുള്ളവരേയും കരകയറ്റുന്നവരും, വസന്തർത്തു പോലെ ആളുകൾക്ക് ഹിതം ചെയ്യുന്നവരും ആയ സജ്ജനങ്ങളുണ്ട്.'

ആചാര്യസ്വാമികൾ പുകഴ്ത്തുന്ന ഇത്തരം മഹാത്മാക്കളിൽ ഒരാളാണ് പൂജനീയ ശ്രീ ശാന്താനന്ദപുരി സ്വാമികൾ. 1928-ൽ തമിഴ്നാട്ടിൽ ജനിച്ച സ്വാമികൾക്ക് ബാല്യം മുതൽ തന്നെ സത്സംഗത്തിനുള്ള സൗഭാഗ്യവും അതിൽ അഭിരുചിയുമുണ്ടായി. നാലുവയസ്സുള്ളപ്പോൾത്തന്നെ കാഞ്ചിയിലെ പരമാചാര്യരുടെ അനുഗ്രഹം നേടാൻ അദ്ദേഹത്തിനു ഭാഗ്യമുണ്ടായി. അന്നുമുതലുണ്ടായ സത്സംഗമാണ് തന്റെ എല്ലാ അഭ്യുദയത്തിനും അധ്യാത്മ പുരോഗതിക്കും കാരണം എന്ന് അദ്ദേഹം ദൃഢമായി വിശ്വസിക്കുന്നു. പരമാചാര്യരുടെ അനുഗ്രഹം അദ്ദേഹത്തിനെന്നുമുണ്ടായിരുന്നു. പതിന്നാലു വയസ്സുള്ളപ്പോൾ ഒരു മാസക്കാലം അദ്ദേഹത്തിന് പരമാചാര്യരുടെ കൂടെ പദയാത്ര ചെയ്യുന്നതിനും

നിരന്തരം ആ സത്സംഗം അനുഭവിക്കുന്നതിനും ഭാഗ്യമുണ്ടായി. പരമാചാര്യരുടെ ധർമ്മപ്രവചനങ്ങൾ അദ്ദേഹത്തിന് എന്നെന്നും പ്രചോദനമേകി. പരമാചാര്യരുടെ നിർദ്ദേശമനുസരിച്ച് അദ്ദേഹം ലിംഗപുരാണത്തിലെ ശിവസഹസ്രനാമം അർത്ഥത്തോടുകൂടി പ്രസിദ്ധീകരിക്കുകയും ജിജ്ഞാസുക്കൾക്കുവേണ്ടി സംസ്കൃതം ക്ലാസുകൾ നടത്തുകയും ചെയ്തു.

1950–ൽ, 22 വയസ്സിൽ, അദ്ദേഹം കേന്ദ്ര ഗവൺമെന്റിന്റെ സർവ്വീസിൽ ചേർന്നു. മീററ്റിലായിരുന്നു ആദ്യത്തെ ജോലി. അവിടെ വെച്ച് 'ശ്രീരാമകൃഷ്ണ വചനാമൃതം" വായിച്ച് ശ്രീരാമകൃഷ്ണന്റെ ജീവിതത്താലും ഉപദേശങ്ങളാലും ആകൃഷ്ടനായി. ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും മഹത്തായ ഗ്രന്ഥമാണതെന്ന് അദ്ദേഹം കരുതുന്നു. പിന്നീട് ഋഷീകേശത്തെ ശിവാനന്ദസ്വാമികളെ പരിചയപ്പെടാൻ ഇടയായി. ഒഴിവു കിട്ടുമ്പോളെല്ലാം അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആശ്രമത്തിൽ പോയിത്തുടങ്ങി. അദ്ദേഹം സ്വാമികൾക്ക് സന്ന്യാസം കൊടുക്കാൻ തയ്യാറായിരുന്നെങ്കിലും കുടുംബ കർത്തവ്യങ്ങൾ മൂലം അദ്ദേഹം അന്നത് സ്വീകരിച്ചില്ല. ശ്രീരാമകൃഷ്ണ പരമ്പരയിൽപെട്ട ഒരു മഹാത്മാവായിരിക്കണം തന്റെ ഗുരു എന്ന് അദ്ദേഹം ആഗ്രഹിച്ചു. 1952–ൽ അങ്ങനെ ഒരു മഹാത്മാവും, ശ്രീരാമകൃഷ്ണദേവന്റെ മാനസപുത്രനായ ശ്രീ ബ്രഹ്മാനന്ദ സ്വാമികളുടെ ശിഷ്യനുമായ, വസിഷ്ഠഗുഹയിലെ ശ്രീ പുരുഷോത്തമാനന്ദ സ്വാമികളെപ്പറ്റി അറിയാൻ ഇടവന്നുവെങ്കിലും 1957–ലാണ് ആദ്യമായി ഗുഹയിൽ പോയി അദ്ദേഹത്തെ ദർശിച്ചത്. തന്റെ വത്സലശിഷ്യനെ കാത്തിരിക്കുകയായിരുന്നു ഗുരു എന്നു തോന്നി. സദാ സഹജസമാധിയിൽ മുഴുകിയിരുന്ന അദ്ദേഹം സ്വാമികൾക്ക് പരമാദർശമായി

ഭവിച്ചു. അക്കൊല്ലം തന്റെ ജന്മദിനാഘോഷത്തിന്റെ അവസരത്തിൽ ആശ്രമത്തിൽ വന്ന് ഭാഗവതം വായിച്ച് അർത്ഥം പറയണമെന്ന് അദ്ദേഹം നിർദ്ദേശിച്ചു. അതുവരെ ഭാഗവതം വായിച്ചിട്ടുതന്നെയില്ലായിരുന്ന സ്വാമികൾക്ക് അന്നുമുതൽ ഭാഗവതം ജീവിതത്തിലെ ഒരാദർശ ദീപമായി. ഈ വായന അടുത്തകാലം വരെ തുടർന്നു വന്നു.

1959–ൽ, യാതൊരു ചടങ്ങും കൂടാതെ, തീരെ അപ്രതീക്ഷിതമായി പുരുഷോത്തമാനന്ദ സ്വാമികൾ അദ്ദേഹത്തിന് മന്ത്രം നല്കി. അതിനുശേഷം അധികം താമസിയാതെ സന്ന്യാസദീക്ഷയും ലഭിക്കുമെന്നായിരുന്നു പ്രതീക്ഷ. എന്നാൽ, അതിനു വിപരീതമായി, ശിഷ്യന് ചില ഗൃഹസ്ഥ സംസ്കാരങ്ങൾ ബാക്കിയായുണ്ട്, വിവാഹം കഴിക്കുക എന്നായിരുന്നു ഗുരുനിർദ്ദേശം. ഇത് അദ്ദേഹത്തെ ആകെ തളർത്തി. 'നീയെന്തിനു വിഷമിക്കുന്നു? ഒരു ദിവസം നിനക്കതും കിട്ടും' എന്ന് ഉടനെത്തന്നെ ഗുരു അരുളിച്ചെയ്തു. എന്നാൽ, ആ പുണ്യദിനം വരാൻ 32 കൊല്ലം കാത്തിരിക്കേണ്ടി വന്നു.

ഗുരുനിർദ്ദേശപ്രകാരം ഗ്രന്ഥകർത്താവ് 1960–ൽ വിവാഹം കഴിച്ചു. വിവാഹം പുത്രലാഭത്തിനു മാത്രമായിരിക്കണം, സുഖഭോഗങ്ങൾക്കാവരുത് എന്ന് ഗുരു നിർദ്ദേശിച്ചിരുന്നു. 1961 ഫെബ്രുവരിയിൽ ഗുരുദേവൻ മഹാസമാധിയടഞ്ഞു. എന്നാൽ, അതിനുശേഷവും ശിഷ്യന് ആവശ്യമുള്ളപ്പോഴൊക്കെ അദ്ദേഹം സാധനക്കെന്നു മാത്രമല്ല, ജീവിതത്തിലെ മഹാപ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കുന്നതിനും വേണ്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ നല്കിക്കൊണ്ടിരുന്നു. ഗുരുകൃപയാണ് തന്നെ എല്ലാ വിധത്തിലും രക്ഷിക്കുകയും സാധനാമാർഗ്ഗത്തിൽ മുന്നോട്ടു കൊണ്ടുപോകുകയും ചെയ്തതെന്ന് സ്വാമികൾ

തന്റെ ആത്മകഥാപരമായ Fragrant flowers എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ ആവർത്തിച്ചു പറയുന്നു.

1986-ൽ സ്വാമികൾ സർക്കാർ ജോലിയിൽ നിന്നു വിരമിച്ചു. അതിനുമുമ്പുതന്നെ ക്രമമായി സാധനയനുഷ്ഠിച്ചിരുന്ന അദ്ദേഹം ജോലിയിൽ നിന്നു വിരമിച്ചശേഷം തീവ്രമായ സാധനയിൽ മുഴുകി. 1991-ൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ പൂർവാശ്രമത്തിലെ പുത്രൻ ഐ.ഐ.ടിയിൽ അന്ത്യവർഷത്തിലെത്തി. സന്യാസത്തിനുള്ള സമയമായെന്ന് അദ്ദേഹത്തിന്റെ അന്തര്യാമി പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹത്തിന് അന്ന് 63 വയസ്സായിരുന്നു. 1991 ജൂണിൽ അദ്ദേഹം വീടുവിട്ട്, ഉത്തരകാശിയിൽ തന്റെ ഗുരുഭ്രാതാവായ സ്വാമി ശങ്കരാനന്ദജിയുടെ അടുത്തേക്ക് പോയി. 1992 ഫെബ്രുവരിയിൽ ശിവരാത്രി ദിവസം അദ്ദേഹം സന്യാസം സ്വീകരിച്ചു. സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി എന്നായിരുന്നു പുതിയ നാമധേയം.

സന്യാസത്തിനുശേഷം പ്രശ്നങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ ഒരിടത്തിരുന്ന് സാധന ചെയ്യാം എന്ന പ്രതീക്ഷ ഗുരുദേവൻ തകർത്തു. ഏഴുകൊല്ലം പരിവ്രാജക ജീവിതം നയിക്കാൻ അദ്ദേഹം സ്വാമികൾക്ക് ഒരു ദിവസം ധ്യാനത്തിൽ നിർദ്ദേശം നൽകി. അങ്ങനെ സ്വാമികൾ ഭാരതത്തിലെ പല പുണ്യസ്ഥലങ്ങളും ആശ്രമങ്ങളും സന്ദർശിച്ചു. 1992-ൽ ഹരിദ്വാരത്തുവെച്ചു നടന്ന കുംഭമേളയിലും അദ്ദേഹം പങ്കെടുത്തു. പരിവ്രജനകാലത്ത് ഉടനീളം ഗുരുദേവന്റെ സഹായഹസ്തം അദ്ദേഹത്തോടൊപ്പമുണ്ടായിരുന്നു. ഇക്കാലത്ത് പല മഹാത്മാക്കളെയും അദ്ദേഹത്തിന് ദർശിക്കാൻ അവസരം കിട്ടി.

സ്വാമികൾക്ക് ഇപ്പോൾ 80 വയസ്സുകഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. അനേകം മഹദ്ഗ്രന്ഥങ്ങൾ ഇക്കാലത്തിനിടയ്ക്ക് അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൈകളിൽ നിന്ന് നമുക്ക് ലഭിക്കുകയുണ്ടായി.

ശ്രീമദ് ഭാഗവതം, ഗീത, അധ്യാത്മരാമായണം, ത്രിപുരാരഹസ്യം, യോഗവാസിഷ്ഠം, അഷ്ടാവക്രഗീത എന്നീ മഹദ്ഗ്രന്ഥങ്ങളുടെ സാരം ചെറിയ ഗ്രന്ഥങ്ങളായി അദ്ദേഹം എഴുതിയിട്ടുണ്ട്. അവയ്ക്കുപുറമേ, മുമ്പു പറഞ്ഞ തന്റെ ആത്മകഥാപരമായ ഗ്രന്ഥം, പ്രചോദകങ്ങളായ കഥകൾ, സാധകന്മാരുടെ സംശയനിവാരണത്തിനുള്ള ഉപദേശങ്ങൾ എന്നിവയുമുണ്ട്. ഇക്കാലത്ത് അദ്ദേഹം കൊല്ലത്തിൽ ചാതുർമാസ്യമുൾപ്പെടെ അഞ്ചുമാസം തിരുവണ്ണാമലയിലെ ശ്രീരമണാശ്രമത്തിലും രണ്ടുമാസം വസിഷ്ഠഗുഹയിലും ബാക്കി മാസങ്ങൾ പരിവ്രജനത്തിലുമായി ചിലവഴിക്കുന്നു. വേണമെങ്കിൽ, അനേകം ശിഷ്യരും ഭക്തരുമുള്ള അദ്ദേഹത്തിന് ആശ്രമം സ്ഥാപിച്ച് മഠാധിപതിയായി വലിയ രീതിയിൽ കഴിയാം. എന്നാൽ, തന്റെ ആവശ്യത്തിൽ കവിഞ്ഞ് ഒന്നും സ്വീകരിക്കാതെ ലളിതമായി, ശുദ്ധമായ സന്യാസധർമ്മം കാലോചിതമായി പരിപാലിക്കുന്നതിലും നിരന്തരം ഈശ്വരചിന്ത ചെയ്യുന്നതിലുമാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ ശ്രദ്ധ. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഗ്രന്ഥങ്ങളെല്ലാം ആ ഉയർന്ന ആധ്യാത്മികതയ്ക്കു സാക്ഷ്യം വഹിക്കുന്നവയാണ്. ഈ മഹാത്മാവ് ദീർഘകാലം നമ്മെയെല്ലാം അനുഗ്രഹിച്ചുകൊണ്ട് നമ്മുടെ കൂടെയുണ്ടാവട്ടെ എന്നു പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

എസ്.വി. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ

പ്രസാധക കുറിപ്പ്

വന്ദേ ഗുരുപരമ്പരാം

ശ്രീ ശാന്താനന്ദപുരി സ്വാമിജിയുടെ 'ഗീതയിലെ സ്ഥിത പ്രജ്ഞദർശനം' എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ മലയാള പരിഭാഷ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുവാനുള്ള സൗഭാഗ്യം സമിതിക്ക് കൈവന്നിരിക്കുന്നു. അതിനുള്ള അനുവാദം കനിഞ്ഞു നൽകിയ ശ്രീ സ്വാമിജി മഹാരാജിന് സാദര പ്രണാമം അർപ്പിക്കുന്നു.

അത്യന്തം സാരവത്തായ ഈ ലഘുഗ്രന്ഥത്തിന്റെ സരളവും മനോഹരവുമായ മലയാള പരിഭാഷ നിർവ്വഹിച്ചത് ശ്രീ. എസ്.വി. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ അവർകളാണ്. 1963-ൽ 'Indian Audit & Accounts Service' സേവനത്തിൽ പ്രവേശിച്ച ശ്രീ. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ അഡിഷണൽ ഡെപ്യൂട്ടി കൺട്രോളർ & ആഡിറ്റർ ജനറൽ പദവിയിൽ നിന്നാണ് വിരമിച്ചത്. ശ്രീരാമകൃഷ്ണദേവന്റെ ഭക്തനായ ശ്രീ. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ വേദാന്തപരമായ അനേകം ലേഖനങ്ങൾ 'പ്രബുദ്ധകേരളം', 'വേദാന്തകേസരി' എന്നീ ആനുകാലികങ്ങളിൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. രാമകൃഷ്ണമഠം, തൃശൂർ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച അദ്ദേഹത്തിന്റെ 'A manual of holy life' കാലോചിതമായ ഒരു ഗ്രന്ഥമാണ്. ശ്രീ. ജി. ബാലകൃഷ്ണൻ നായർ അവർകളുടെ ഭഗവദ്ഗീതയുടെ 'ശിവാരവിന്ദം-മഹാഭാഷ്യം' ഇംഗ്ലീഷ് ഭാഷയിൽ മൂലകൃതിയുടെ ഭാവം പൂർണ്ണമായി ഉൾക്കൊണ്ട് സരളമായി പരിഭാഷപ്പെടുത്തിയത് അദ്ദേഹത്തിന്റെ മറ്റൊരു വിലപ്പെട്ട സംഭാവനയാണ്. ശ്രീ ശാരദാദേവിയെക്കുറിച്ചുള്ള 'മാതൃത്വത്തിന്റെ മഹനീയ മാതൃക', സ്വാമി യതീശ്വരാനന്ദയുടെ ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ പരിഭാഷയായ 'അധ്യാത്മജീവിതം' എന്നിവ രാമകൃഷ്ണമഠം, തൃശൂർ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. അദ്ദേഹത്തോടുള്ള അകൈതവമായ നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തുന്നു.

ഞങ്ങളുടെ എല്ലാ സംരംഭങ്ങളെയും അനുഗ്രഹിച്ചിട്ടുള്ള ശ്രീ സ്വാമി ചൈതന്യാനന്ദ - വസിഷ്ഠഗുഹ, വിലയേറിയ നിർദേശ സഹായങ്ങൾ നൽകിയ ഡോ. വി.എസ്. ശർമ - തിരുവനന്തപുരം, ശ്രീ. ഡി.എൻ. ആനന്ദ് - ബാംഗ്ലൂർ എന്നിവർക്കും നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തുന്നു.

ഈ പതിപ്പ് ഭംഗിയായി അച്ചടിച്ച് തയ്യാറാക്കിയ തിരുവനന്തപുരം അക്ഷര ഓഫ്സെറ്റ് ജീവനക്കാർക്കും, മാനേജ്മെന്റിനുമുള്ള നന്ദി പ്രകാശിപ്പിക്കുന്നു.

സദ്ഗുരു പാദകമലങ്ങളിൽ സമർപ്പിക്കുന്നു.

തിരുവനന്തപുരം **പ്രസാധകർ**
18 ജൂലായ്, 2008 സ്വാമി ശാന്താനന്ദപുരി
ഗുരുപൂർണിമ സദ്ഗുരു ഭക്തസമിതി

ഓം

ഗീതയിലെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞദർശനം

ദുഃഖസ്പർശമില്ലാത്ത സ്ഥിരമായ ആനന്ദമാണ് എല്ലാ ജീവികളുടേയും ജീവിതോദ്ദേശം. ഒരുപക്ഷേ, മരണമായിരിക്കും എല്ലാറ്റിലും വലിയ ദുഃഖം; ജനിച്ചതെല്ലാം മരിക്കുന്നു, മറിച്ചും സംഭവിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട്, അനിവാര്യമായ ജനന-മരണചക്രത്തിൽ നിന്ന് വിടുതി നേടി അമരത്വം നേടുകയും നമ്മുടെ സുഖാന്വേഷണത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്. നമ്മുടെ ദുഃഖവും സ്ഥിരമായി ആനന്ദം അനുഭവിക്കാനുള്ള കഴിവില്ലായ്മയും എല്ലാം നാം വാസ്തവത്തിൽ ആരാണെന്നറിയാത്തതുകൊണ്ടാണ്, അതായത്, സ്വരൂപജ്ഞാനം ഇല്ലാത്തതുകൊണ്ടാണ് എന്നും, തന്മൂലം കാല-ദേശ പരിമിതികൾക്കധീനരായ വ്യഷ്ടിജീവന്മാരാണെന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണെന്നും നമ്മുടെ ശാസ്ത്രങ്ങളും അവയിൽ അധിഷ്ഠിതമായ വേദാന്തദർശനവും ഉറപ്പിച്ചു പറയുന്നു. ഈ അജ്ഞാനത്തെ മാറ്റി പരമസത്യം തെളിയിച്ച് നമ്മുടെ ലക്ഷ്യപ്രാപ്തി സാധ്യമാക്കുന്നതിന്നായി വിവിധ ദാർശനിക സമ്പ്രദായങ്ങൾ ജ്ഞാനയോഗം, ഭക്തിയോഗം തുടങ്ങിയ സാധനാമാർഗ്ഗങ്ങൾ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഈ സാധനകളെല്ലാം സത്യത്തെ ആവരണം ചെയ്യുന്ന മറയകറ്റുന്നതിനാണ്. നമ്മുടെ സ്വരൂപ

സാക്ഷാൽക്കാരത്തിന്റെ വഴിയിലുള്ള തടസ്സങ്ങളാണ് ഈ മറ. ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം എങ്ങോ നിന്ന് പ്രാപിക്കേണ്ട ഒന്നല്ല; അതിപ്പൊഴേ സിദ്ധമാണ് – നാം അതറിയുന്നില്ല എന്നു മാത്രം. അധ്യാത്മലക്ഷ്യം പ്രാപിക്കുന്നതിനായി നാം അനുഷ്ഠിക്കുന്ന സാധനകളും യോഗമാർഗ്ഗവും ഏതായാലും നമ്മുടെ പരിശ്രമം ഇടവിടാത്തതും സ്ഥിരവും ആയിരിക്കണം. ചഞ്ചലമനസ്കനായ ഒരാൾക്ക് സത്യവസ്തുവിൽ മനസ്സിനെ ഏകാഗ്രപ്പെടുത്താൻ സാധിക്കില്ല. അയാൾ കുറച്ചു ദിവസം ഭക്തിയോഗം അനുഷ്ഠിച്ചേക്കാം; പിന്നെ അഷ്ടാംഗയോഗമാവും അനുഷ്ഠിക്കുന്നത്. അല്ലെങ്കിൽ, കുറച്ചുനാൾ വിഷ്ണുഭഗവാനെ ഭജിച്ചശേഷം പിന്നെ കുറച്ചു ദിവസം കേവല നിർഗുണ ബ്രഹ്മത്തെയാവും ധ്യാനിക്കുന്നത്. ഇവർ തങ്ങളുടെ തീരുമാനം ഇടയ്ക്കിടെ മാറ്റി ഒന്നിലും ഉറച്ചുനില്ക്കാത്തവരാവുന്നു.

സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ

സുനിശ്ചിതവും സ്ഥിരവും ദൃഢവുമായ മനസ്സുള്ള ഒരാളാണ് സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ. ഒരു സ്ഥിതപ്രജ്ഞനുമാത്രമേ, തന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തെ പരിമിതപ്പെടുത്തുന്നതും തന്റെ യഥാർത്ഥ സ്വരൂപമായ ആനന്ദത്തെ അനുഭവിക്കാൻ അനുവദിക്കാത്തതുമായ എല്ലാ ബന്ധനങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തനാവാൻ സാധ്യമാവൂ. ഭഗവദ്ഗീതയിൽ രണ്ടാമധ്യായത്തിൽ 55 മുതൽ 71 വരെയുള്ള ശ്ലോകങ്ങളിൽ ഒരു സ്ഥിതപ്രജ്ഞന്റെ ഗുണങ്ങളും ലക്ഷണങ്ങളും വിവരിച്ചിട്ടുണ്ട്. പല പണ്ഡിതന്മാരുടെയും അഭിപ്രായത്തിൽ സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ, ഗുണാതീതൻ എന്നീ പദങ്ങൾ പര്യായങ്ങളാണ്. ഗീത പതിന്നാലാമധ്യായത്തിൽ വിവരിച്ചിട്ടുള്ള ഗുണാതീതന്റെ

ലക്ഷണങ്ങൾ സ്ഥിതപ്രജ്ഞന്റേതുതന്നെയാണെന്നു കാണാം. അതുപോലെ, പന്ത്രണ്ടാമധ്യായത്തിൽ വിവരിക്കുന്ന ഭക്തലക്ഷണങ്ങളും സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ, ഗുണാതീതൻ എന്നിവരുടെ ലക്ഷണങ്ങളും ഒന്നുതന്നെ. അവിടെ 'സ്ഥിരമതിഃ' (സ്ഥിരമനസ്സുള്ളവൻ) എന്നത് ഭക്തന്റെ ഒരു സുപ്രധാന ഗുണമായി പറയുന്നു. സ്ഥിതപ്രജ്ഞന്മാരെ, ഭഗവാൻ രമണമഹർഷിയെപ്പോലെ, ജീവന്മുക്തന്മാർ (വിദേഹമുക്തന്മാർ, അത്യാശ്രമികൾ) എന്നും പറയാം. സ്ഥിതപ്രജ്ഞത കൈവന്നവരിൽ ഈ ലക്ഷണങ്ങൾ തെളിഞ്ഞുകാണാം എന്നതും വ്യക്തമാണ്.

സ്ഥിതപ്രജ്ഞ വിവരണത്തിന്റെ പശ്ചാത്തലം

ഗീത രണ്ടാമധ്യായത്തിൽ പറഞ്ഞ ഈ ലക്ഷണങ്ങൾ വെറും വിവരണങ്ങളല്ല. ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരത്തിന് പരിശ്രമിക്കുന്ന സാധകന്മാർക്കുള്ള ഒരു ഹ്രസ്വകാല പരിശീലനക്രമമായും ഇവയെ കരുതാം. മുക്തി പ്രാപിക്കാനുള്ള സാധനയും അതിനു പിന്നിലുള്ള യുക്തിയും അവ ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. ഗീതയിലെ പല അധ്യായങ്ങളിലായി ചിതറിക്കിടക്കുന്ന വിവിധ സാധനകളുടെ ഒരു സംഗ്രഹമാണ് നാം ഇവിടെ കാണുന്നത്. (ഉദാ: അധ്യായം 3 – ശ്ലോകം 34, 41; അധ്യായം 5 – ശ്ലോകം 18, 20, 21–26; അധ്യായം 6 – ശ്ലോകം 18; അധ്യായം 9 – ശ്ലോകം 28; അധ്യായം 12 – ശ്ലോകം 13– 19).

'ബ്രഹ്മവിദ് ബ്രഹ്മൈവ ഭവതി' – ബ്രഹ്മജ്ഞാനി ബ്രഹ്മം – പരമസത്യം – തന്നെ ആയിത്തീരുന്നു. ബ്രഹ്മം അവർണ്ണനീയവും മനസ്സിനും വാക്കുകൾക്കും എത്താനാവാത്തതും ആയിരിക്കേ, ഒരു ജീവന്മുക്തന്റെ ഗുണങ്ങൾ എങ്ങനെ വിവരിക്കും? അദ്ദേഹം അത്യന്തം സാധാരണനായി കാണപ്പെടും–

പൊതുവഴിയിൽ വെച്ച് നിങ്ങൾ അദ്ദേഹത്തെ കാണാൻ ഇട വന്നാൽ രണ്ടാമതൊന്നു നോക്കാൻ പോലും നിങ്ങൾക്കു തോന്നില്ല! ജീവന്മുക്തന് തലയിൽ രണ്ടു കൊമ്പു കാണുമെന്നാണോ വിചാരം എന്ന് പല മഹാത്മാക്കളും ചോദിക്കാറുണ്ട്. ജീവന്മുക്തന് സ്വേച്ഛപോലെ പെരുമാറാൻ സ്വാതന്ത്ര്യമുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് സ്ഥിതപ്രജ്ഞ വിവരണം ഒരു ജീവന്മുക്തനെ തിരിച്ചറിയുന്നതിനുവേണ്ടിയല്ല. നമ്മുടെ അജ്ഞാനദൃഷ്ടിയിൽ നിന്നുള്ള വിവരണങ്ങളാണിവ; എന്നാൽ, അവ കർത്തൃനിഷ്ഠമായതുകൊണ്ട് അവയെ മാനദണ്ഡമാക്കി ഒരു വ്യക്തി സ്ഥിതപ്രജ്ഞനാണോ, അല്ലയോ എന്ന് പരീക്ഷിക്കുക സാധ്യമല്ല. ഉദാഹരണമായി, സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ ഭയം, ക്രോധം എന്നിവയില്ലാത്ത ആളാണെന്നു പറയുന്നു *(ഗീത 2-56)*. ഒരു മഹാത്മാവ് തന്റെ ആശ്രമത്തിൽ ശിഷ്യന്മാരോടൊപ്പം ഇരിക്കുകയായിരുന്നു. അപ്പോൾ, ആ ഗ്രാമം കൊള്ളയടിക്കാൻ കുറെ കൊള്ളക്കാർ കുതിരപ്പുറത്തു വരുന്നുണ്ടെന്നും, അവർ വഴിയിൽ കണ്ട ഗ്രാമവാസികളെ വെടിവെച്ചു കൊല്ലുന്ന കൂട്ടരാണെന്നും ഉള്ള വാർത്ത വന്നു. അതുകേട്ട ഉടനെ ശിഷ്യന്മാരെല്ലാം അടുത്തൊരു കാട്ടിൽ ഒളിക്കാനായി ഓടിപ്പോയി. സാധകന്മാർ നിർഭയരായിരിക്കണം എന്ന് ഉപദേശിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന മഹാത്മാവും അവരുടെ മുൻപന്തിയിൽത്തന്നെ ഓടി. തങ്ങളുടെ ഗുരുവും തങ്ങളെപ്പോലെത്തന്നെ ഭീരുവാണെന്നും, മറ്റുള്ളവരോട് ഉപദേശിച്ച നിർഭയത്വം അദ്ദേഹത്തിന്നില്ലെന്നും അവർ വിചാരിച്ചു. അവർ ഇക്കാര്യത്തെപ്പറ്റി ഗുരുജിയോട് പിന്നിടു ചോദിച്ചപ്പോൾ അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു: "ലോകത്തിന്റെ കണ്ണിൽ ഒരു ഭീരുവായി നിന്ദക്കും പരിഹാസത്തിന്നും പാത്രമാവുന്നതാണ്, കണ്ടോ എല്ലാവരും ഓടിപ്പോയി, ഞാൻ മാത്രമാണ് ആസനത്തിൽ അനങ്ങാതെയിരുന്ന മഹാത്മാവ് എന്ന്

എന്റെ അഹങ്കാരം പിന്നീട് സ്വയം പുകഴ്ത്തുന്നതിനേക്കാൾ നല്ലത്." അപ്പോൾ, ശിഷ്യന്മാർ ഗുരുവിനെപ്പറ്റി വിചാരിച്ചത് തെറ്റായിരുന്നു.

വേറൊരു ജ്ഞാനിയെ, ജീവന്മുക്തനെ, കണ്ടാൽ തിരിച്ചറിയാൻ സാധിക്കുമോ എന്ന് ഭഗവാൻ രമണമഹർഷിയോട് ഒരിക്കൽ ഒരാൾ ചോദിച്ചു. സാധിക്കില്ലെന്ന് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. ഒരു ജ്ഞാനിക്ക് മറ്റെല്ലാവരും നിത്യമുക്തരാണ്. അദ്ദേഹം എല്ലാവരേയും ബ്രഹ്മമായി കാണുന്നു. അപ്പോൾ ഒരു ജ്ഞാനിക്കു തന്നെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞനായ ഒരാളെ തിരിച്ചറിയാൻ സാധ്യമല്ല. അവർണ്ണനീയമായതിനെ വാക്കുകൾ കൊണ്ട് എങ്ങനെ വിവരിക്കും?

ഗീത രണ്ടാമധ്യായം 39-ാം ശ്ലോകത്തിൽ, ഭഗവാൻ ബുദ്ധി (വിവേകം) ആണ് പരമസത്യത്തിലേക്കുള്ള ഏതു മാർഗ്ഗത്തിലും (യോഗം) പ്രധാന ഘടകം എന്നു പറയുന്നു.

ഏഷാ തേഽഭിഹിതാ സാംഖ്യേ
ബുദ്ധിർയോഗേ ത്വിമാം ശൃണു
ബുദ്ധ്യാ യുക്തോ യയാ പാർത്ഥ
കർമ്മബന്ധം പ്രഹാസ്യസി

ശാസ്ത്രങ്ങളുടെയെല്ലാം ഉദ്ദേശം ചിത്തശുദ്ധി കൈവരുത്തുക എന്നതാണ്. അർജ്ജുനന്റെ ബുദ്ധിയെ നിർമ്മലമാക്കി മോഹമകറ്റി അതിന് ശരിയായ അറിവു നല്കുകയായിരുന്നു ഗീതയുടെ ഉദ്ദേശം. ബുദ്ധി ശരിയായ അറിവുകൊണ്ട് നയിക്കപ്പെടുമ്പോൾ മാത്രമേ ശോകമോഹസംസാര കാരണങ്ങളായ ബുദ്ധിദോഷങ്ങൾക്കറുതി വരികയുള്ളൂ. പത്താമധ്യായം പത്താം ശ്ലോകത്തിന്റെ വ്യാഖ്യാനത്തിൽ ശങ്കരാചാര്യർ ബുദ്ധിയെ 'സമ്യഗ്ദർശനം, മത്തത്ത്വവിഷയം', അതായത്, ഈശ്വരതത്ത്വം ശരിയാംവണ്ണം ഗ്രഹി

ക്കൽ എന്ന് നിർവ്വചിക്കുന്നു. ആറാമധ്യായം 21-ാം ശ്ലോക ത്തിൽ പ്രജ്ഞ (ബുദ്ധി) യുടെ പ്രാധാന്യം ഭഗവാൻ വീണ്ടും എടുത്തുപറയുന്നു. 'സുഖമാത്യന്തികം യത്തത് ബുദ്ധി ഗ്രാഹ്യമതീന്ദ്രിയം' (ആനന്ദസ്വരൂപമായ പരമസത്യം ബുദ്ധിക്കു മാത്രമേ ഗ്രഹിക്കാനാവൂ). അതുപോലെ, രണ്ടാ മധ്യായത്തിലും (ശ്ലോകം 53), വേദവാക്യങ്ങളിൽ ഉൾക്കൊ ള്ളുന്ന പലവിധ ഉപദേശങ്ങളാൽ സംഭ്രമിച്ചുപോയ മനസ്സ് അതിന്റെ ചഞ്ചലതയും അനിശ്ചിതത്വവും വിട്ട് നിശ്ചലവും ഏകാഗ്രവുമായിത്തീർന്നാൽ മാത്രമേ അർജ്ജുനന് പരമമായ യോഗം കൈവരികയുള്ളൂ എന്ന് ഭഗവാൻ പറയുന്നു. (ശ്രുതി വിപ്രതിപന്നാ തേ യദാ സ്ഥാസ്യതി നിശ്ചലാ/സമാധാവ ചലാ ബുദ്ധിഃ തദായോഗം അവാപ്സ്യസി.) അപ്പോൾ, അത്തരം സ്ഥിരബുദ്ധി കൈവന്ന ഒരാളുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ വിവരിച്ചുതരാൻ അർജ്ജുനൻ ഭഗവാനോട് അപേക്ഷിക്കുന്നു. സ്ഥിതപ്രജ്ഞത കൈവരുത്താൻ ഉള്ള വഴി പറഞ്ഞുതരാൻ നേരിട്ട് അപേക്ഷിക്കുന്നതിനുപകരം, ഒരു സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ എങ്ങനെ പെരുമാറുന്നു, മറ്റുള്ളവർ അദ്ദേഹത്തെ എങ്ങനെ കാണുന്നു എന്നാണ് അർജ്ജുനൻ ചോദിക്കുന്നത്.

'സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ' എന്നാൽ 'ഞാൻ പരബ്രഹ്മം തന്നെ' എന്ന് ഉറപ്പുറ്റ വിശ്വാസമുള്ള മനസ്സോടുകൂടിയ ഒരാൾ എന്നാണ് ശങ്കരാചാര്യർ വിവരിക്കുന്നത് (സ്ഥിതാ പ്രതി ഷ്ഠിതാ, 'അഹം അസ്മി പരം ബ്രഹ്മ' ഇതി പ്രജ്ഞാ യസ്യസഃ സ്ഥിതപ്രജ്ഞഃ - 54-ാം ശ്ലോകത്തിന്റെ ഭാഷ്യം). 55-ാം ശ്ലോകത്തിന്റെ ഭാഷ്യത്തിൽ ആചാര്യർ സ്ഥിത പ്രജ്ഞൻ എന്ന വാക്കിന്, ആത്മാനാത്മവിവേകം മൂല മുണ്ടായ പ്രജ്ഞയിൽ സുപ്രതിഷ്ഠിതനായവൻ എന്നും അർത്ഥം പറയുന്നു. (സ്ഥിതപ്രജ്ഞഃ സ്ഥിതാപ്രതിഷ്ഠിതാ

ആത്മാനാത്മവിവേകജാ പ്രജ്ഞാ യസ്യസഃ സ്ഥിത പ്രജ്ഞഃ) ഇവിടെ അനാത്മവസ്തുക്കൾ എന്നതിൽ ഇഹ-പരലോകങ്ങളും ശരീര-മനോസംഘാതവും ഉൾപ്പെടുന്നു. പരമാർത്ഥത്തിൽ, രണ്ടു നിർവചനങ്ങൾക്കും അർത്ഥം ഒന്നു തന്നെ. അങ്ങനെ, സ്ഥിതപ്രജ്ഞനാവുന്നതിന് ഒരാൾ നേടി യെടുക്കേണ്ടതായ ഗുണങ്ങളെ സംഗ്രഹിച്ചു പറയാൻ ഭഗവാൻ ഒരുങ്ങിയതിന്റെ പശ്ചാത്തലം ഇതാണ്.

മനുഷ്യന്റെ പരമശത്രു

ബുദ്ധിയുടെ വിവേകശക്തി നശിപ്പിച്ച് മനഃശാന്തിക്കും ബുദ്ധിക്കും നാശം വരുത്തുന്ന ഏറ്റവും പ്രധാന ഘടകം എന്തെന്നു വിവരിച്ചുകൊണ്ട് ഭഗവാൻ തന്റെ വിവരണം ആരംഭിക്കുന്നു. കാമം, ആഗ്രഹം, ആണ് ആ സുപ്രധാന ഘടകം. അതിനെ ഉന്മൂലനം ചെയ്യണം. വീട്ടിൽ കള്ളന്മാർ കടക്കാതിരിക്കുന്നതിന് ജാഗരൂകരായിരിക്കണം എന്ന് ജന ങ്ങളെ ഉൽബോധിപ്പിക്കുന്നതിനായി, ഒരു രാത്രിയിൽ നഗര വീഥികളിലൂടെ പെരുമ്പറ കൊട്ടി നടന്ന ഒരാൾ ചൊല്ലിയ ഒരു പാട്ടുണ്ട്:

കാമക്രോധൗ ലോഭമോഹൗ
ദേഹേ തിഷ്ഠന്തി തസ്കരാഃ
ജ്ഞാനരത്നാപഹാരാർത്ഥം
തസ്മാൽ ജാഗ്രത ജാഗ്രത.

'നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തിനുള്ളിൽ ഇപ്പോൾത്തന്നെ ജ്ഞാനമാ കുന്ന രത്നത്തെ അപഹരിക്കുന്നതിനായി നാലു പെരും കള്ളന്മാർ കടന്നിരിപ്പുണ്ട്. (പുറത്തുനിന്നും വരുന്ന കള്ള ന്മാരെക്കുറിച്ച് വേവലാതിപ്പെടേണ്ട.) കാമം, ക്രോധം, ലോഭം, മോഹം എന്നിവയാണവർ. അതുകൊണ്ട് ഉണരുവിൻ!

ഉണരുവിൻ!' ക്രോധം കാമത്തിന്റെ ഒരു സ്ഥൂലപ്രകാശനം മാത്രമായതുകൊണ്ട് ഭഗവാൻ അവയെ ഒന്നായി കണക്കാക്കി, അത് നമ്മുടെ ഏറ്റവും വലിയ ശത്രുവാണെന്നു പറയുന്നു:

കാമ ഏഷ ക്രോധ ഏഷ
രജോഗുണ സമുദ്ഭവഃ
മഹാശനോ മഹാപാപ്മാ
വിദ്ധ്യേനം ഇഹ വൈരിണം (3.37)

ഭഗവാൻ സ്ഥിതപ്രജ്ഞലക്ഷണങ്ങൾ വിവരിച്ചു തുടങ്ങുന്നു.

പ്രജഹാതി യദാ കാമാൻ
സർവ്വാൻ പാർത്ഥ മനോഗതാൻ
ആത്മന്യേവാത്മനാ തുഷ്ടഃ
സ്ഥിതപ്രജ്ഞസ്തദോച്യതേ (2.55)

'ഒരാൾ മനസ്സിലെ എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളേയും ഉപേക്ഷിച്ച് ആത്മാവുകൊണ്ടുതന്നെ സന്തുഷ്ടനായിരിക്കുമ്പോൾ അയാളെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ എന്നു പറയുന്നു!

ബുദ്ധമതം, ജൈനമതം എന്നിവയുൾപ്പെടെ മിക്ക മതങ്ങളും, ആഗ്രഹങ്ങളാണ് നമ്മുടെ ദുഃഖങ്ങൾക്കും ദുരിതങ്ങൾക്കും പ്രധാന കാരണം എന്ന് പ്രഖ്യാപിക്കുന്നതിൽ യോജിക്കുന്നു. ആഗ്രഹം എന്നതിൽ ലൈംഗികകാമം, ശക്തിമത്തായ വികാരം, പുരുഷനാണെങ്കിൽ സ്ത്രീയുടേയും സ്ത്രീയാണെങ്കിൽ പുരുഷന്റേയും സഹവാസം, അടുപ്പം എന്നിവയ്ക്കുള്ള തീവ്രമായ കൊതി എന്നിവ ഉൾപ്പെടുന്നു. ലൈംഗികകാമത്തിനു തൊട്ടുപിമ്പേ വരുന്നു ധനത്തിനുള്ള ആഗ്രഹം. കാമ-കാഞ്ചനങ്ങൾക്കുള്ള കൊതിയാണ്

അധ്യാത്മ പുരോഗതിക്ക് ഏറ്റവും വലിയ തടസ്സം എന്ന് ശ്രീരാമകൃഷ്ണപരമഹംസർ പറയുമായിരുന്നു. ധ്യാനമുൾപ്പെടെ ഒരു സാധനയും ഉപദേശിക്കാത്ത, ജ്ഞാനാർജനത്തിന് ഒരു പ്രത്യേക ഉപാധിയും നിർദ്ദേശിക്കാത്ത, അഷ്ടാവക്രമഹർഷി പോലും കാമകാഞ്ചനങ്ങൾക്കുള്ള ആഗ്രഹത്തെ ശക്തിയായി അപലപിക്കുന്നു.

ആസ്ഥിതഃ പരമാദ്വൈതം
മോക്ഷാർത്ഥേഽപി വ്യവസ്ഥിതഃ
ആശ്ചര്യം കാമവശഗഃ
വികലഃ കേളിശിക്ഷയാ

(അഷ്ടാവക്രഗീത 3-6)

'അദ്വൈതജ്ഞാനത്തിൽ ഉറപ്പുവന്ന് മോക്ഷപ്രാപ്തിയിൽ അത്യന്തം തല്പരനായിട്ടും, പൂർവ്വവാസനകളുടെ ശക്തിയാൽ കാമവശഗനായി നീ ക്ഷോഭത്തിന്നിരയാവുന്നു എന്നത് അത്ഭുതം തന്നെ.'

'ഉപസ്ഥേഽത്യന്ത സംസക്തോ
മാലിന്യമധിഗച്ഛതി' (അഷ്ടാവക്രഗീത 3-4)

'കാമവൃത്തിയിൽ ആസക്തനായി ഇങ്ങനെ മലിനനാവുന്നതെങ്ങനെ?'

അവിനാശിനമാത്മാനം ഏകം വിജ്ഞായ തത്ത്വതഃ
തവാത്മജ്ഞസ്യ ധീരസ്യകഥം അർത്ഥാർജ്ജനേ രതിഃ
(3-1)

'നാശമില്ലാത്തതും ഏകവുമായ ആത്മാവിനെ യഥാർത്ഥത്തിൽ അറിഞ്ഞിട്ടും ആത്മജ്ഞനെന്ന് സ്വയം കരുതുന്ന നീ എങ്ങനെ ധനസമ്പാദനത്തിൽ തല്പരനാവുന്നു?'

സത്സംഗം, പ്രാർത്ഥന, ജപം, ഗുരുകൃപ എന്നിവയിലൂടെ ആഗ്രഹങ്ങളെയെല്ലാം ത്യജിക്കാൻ പരിശ്രമിച്ചില്ലെങ്കിൽ ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം നേടാനാവില്ല. ധനം, കാമഭോഗം, പേരും പെരുമയും എന്നിവയിൽ ഒരാൾ തല്പരനാവുകയും സത്യസന്ധമായ വഴിയിൽ അവ നേടാൻ അയാൾക്ക് സാധിക്കാതെ വരികയും ചെയ്യുമ്പോൾ അയാൾ തന്റെ ലക്ഷ്യം നേടുന്നതിന് അസത്യത്തിന്റേയും വഞ്ചനയുടേയും വഴികൾ അവലംബിക്കുന്നു. താൻ കണ്ടുപിടിക്കപ്പെടും, ശിക്ഷിക്കപ്പെടും എന്ന ഭയം അയാളെ സദാ പിന്തുടരുന്നു. അയാളുടെ മനസ്സിന് ഒരിക്കലും ശാന്തിയുണ്ടാവില്ല; അത് സദാ പ്രക്ഷുബ്ധമായിരിക്കും. അങ്ങനെ, ആഗ്രഹങ്ങളെ ഉപേക്ഷിച്ചില്ലെങ്കിൽ നമ്മുടെ മനസ്സ് സദാചഞ്ചലമായിരിക്കും, നമുക്ക് സ്ഥിതപ്രജ്ഞത കൈവരില്ല.

കാമത്തിന്റെ ഉത്ഭവസ്ഥാനം

ആഗ്രഹങ്ങളാണ് നമ്മുടെ പ്രധാന ശത്രുക്കളെങ്കിൽ, അവ പുറമേനിന്ന് വരുന്നവയാണോ, അതോ, നമ്മുടെ മനസ്സിലും ശരീരത്തിലും സദാ കുടികൊള്ളുന്നവയാണോ എന്നറിയേണ്ടതുണ്ട്. ഇവ മനസ്സിൽ കുടികൊള്ളുന്നു എന്ന് ഭഗവാൻ പറയുന്നു. അവ സത്യമല്ല, മാനസിക വികാരങ്ങൾ മാത്രമാണ്. മറ്റു വാക്കുകളിൽ, അവ നമ്മുടെ സങ്കല്പങ്ങളോ ചിന്തകളോ ആണ്. നാം ആത്മാവാണ്. ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് ആത്മാവുമായി ഒരു ബന്ധവുമില്ല. അവ നമ്മുടെ സങ്കല്പങ്ങൾ മാത്രമാണെന്ന് അറിഞ്ഞുകഴിഞ്ഞാൽ, 'ഈ ആഗ്രഹങ്ങൾ വാസ്തവത്തിൽ എന്റേതല്ല. എനിക്കവയുമായി ഒരു ബന്ധവുമില്ല. ആഗ്രഹപൂർത്തികൊണ്ട് എനിക്കുണ്ടായ സുഖം ക്ഷണികവും മാനസികവും മാത്രമാണ്' എന്ന് ദൃഢവിശ്വാസത്തോടെ സ്വയം ആവർത്തിച്ചുപറഞ്ഞ് നമുക്ക് അവയെ ത്യജിക്കാൻ സാധിക്കും.

വേറെ ചിലർ വിചാരിക്കുന്നത്, ലൈംഗികസുഖം പോലുള്ള സുഖങ്ങളിൽ മുഴുകുന്നതു വഴി അവരുടെ മനസ്സിന് തൃപ്തി വരും, പിന്നെ അവയ്ക്കുള്ള ആഗ്രഹമുണ്ടാവില്ല എന്നാണ്. വാസ്തവത്തിൽ ഇതു സത്യമല്ല. ശ്രീമദ് ഭാഗവതത്തിൽ യയാതി എന്ന രാജാവിന്റെ കഥയുണ്ട്. കാമാസക്തനായ അദ്ദേഹത്തിന് വാർദ്ധക്യം ബാധിച്ചു. കാമഭോഗം അസാധ്യമായപ്പോൾ അദ്ദേഹം തന്റെ വാർദ്ധക്യം ഇളയ മകനു കൊടുത്ത് അവന്റെ യൗവ്വനം പകരം വാങ്ങി അനേകായിരം വർഷം കാമഭോഗം അനുഭവിച്ചു. എന്നാൽ ഒരു നാൾ, തന്റെ ആഗ്രഹപൂർത്തി ഒരിക്കലും സാധ്യമല്ല, അതിനെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുംതോറും അത് വർദ്ധിച്ചുവരികയേയുള്ളൂ എന്ന് അദ്ദേഹത്തിന് ബോദ്ധ്യം വന്നു. അതാണ് ഭഗവാൻ ശ്രീകൃഷ്ണൻ ഇത്തരം കാമനകളെ 'മഹാശനഃ' (എത്ര ഭക്ഷിച്ചാലും തൃപ്തിപ്പെടാത്തത്) എന്ന് ഗീതയിൽ വിശേഷിപ്പിക്കുന്നത് (3–37). യയാതി പറഞ്ഞു:

ന ജാതു കാമഃ കാമാനാം
ഉപഭോഗേന ശാമ്യതി
ഹവിഷാ കൃഷ്ണവർത്മേവ
ഭൂയ എവാഭിവർധതേ (ഭാഗവതം 9–19.14)

'ഭോഗാനുഭവം കൊണ്ട് കാമങ്ങൾ ഒരിക്കലും ശമിക്കുന്നില്ല. തീയിൽ നെയ്യൊഴിച്ചാൽ തീനാളങ്ങൾ വർദ്ധിക്കുന്നതുപോലെ അവ വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു:

ഉപനിഷത്തു പറയുന്നു:

യദാ സർവ്വേ പ്രമുച്യന്തേ കാമാ യേഽസ്യ ഹൃദിശ്രിതാഃ
അഥമർത്ത്യോ അമൃതോ ഭവതി അത്ര ബ്രഹ്മ സമശ്നുതേ
(കഠം 2.6.14)

'മനുഷ്യൻ സ്വഹൃദയത്തിലുള്ള ആഗ്രഹങ്ങളെയെല്ലാം ത്യജിക്കുമ്പോൾ അവൻ അമരനായിത്തീരുന്നു; അവന് ഇവിടെത്തന്നെ ഇപ്പോൾ ബ്രഹ്മാനുഭവം ഉണ്ടാവുന്നു.'

ഇതിലധികം നമുക്കെന്തുറപ്പുവേണം?

കാമത്തിന് പ്രതിവിധി

ഒരു കുട്ടി എന്തെങ്കിലും അഹിതകരമായ വസ്തു കൊണ്ട് കളിക്കാനൊരുമ്പെട്ടാൽ അവന്റെ മനസ്സു മാറ്റാനുള്ള ഏറ്റവും നല്ല വഴി കൂടുതൽ ആകർഷകമായ എന്തെങ്കിലും അവന് നല്കുകയാണ്. മനസ്സിനെ കാമമുക്തമാക്കണമെങ്കിൽ പകരം നല്കാവുന്ന ഏറ്റവും നല്ല വസ്തു നമ്മുടെ ആത്മാവുതന്നെയാണ്. ലൗകികവസ്തുക്കളിൽ ഒന്നിൽ നിന്നും സുഖമോ ആനന്ദമോ ഒരിക്കലും ഉണ്ടാവുന്നില്ല. ഒരു മധുര സാധനം തിന്നുമ്പോൾ വളരെ സുഖം തോന്നിയെങ്കിൽ ആ സുഖം ആ വസ്തുവിൽ നിന്നും വന്നതല്ല; മുമ്പു തന്നെ നിർണ്ണയിക്കപ്പെട്ട നിങ്ങളുടെ ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങളാണ് അതിനുകാരണം. ആനന്ദമെല്ലാം നിങ്ങൾക്കുള്ളിൽത്തന്നെയാണ്. നിങ്ങളുടെ ആത്മാവ് ആനന്ദസ്വരൂപംതന്നെ - ലോകത്തിലുള്ള ആനന്ദത്തിന്റെയെല്ലാം ഉറവിടം. ഈ ആത്മാവാണ് പ്രപഞ്ചത്തിന്റേയും അതിലുള്ള എല്ലാ വസ്തുക്കളുടേയും അധിഷ്ഠാനം. പ്രപഞ്ചവും അതിലെ വസ്തുക്കളുമെല്ലാം ആത്മാവിൽ അദ്ധ്യസിച്ചിരിക്കുകയാണ്. ഈ ആത്മാവു തന്നെ പരമസത്യമായ ബ്രഹ്മം. ഇരുട്ടിൽ കയറ് പാമ്പിനെപ്പോലെ കാണപ്പെടുന്നതുപോലെ, അധ്യാരോപം

കാരണം ആത്മാവ് എല്ലാ വസ്തുക്കളുടേയും രൂപത്തിൽ കാണപ്പെടുന്നു. ഈ ഉറച്ച വിശ്വാസത്തോടെ ഏകാഗ്രതയോടെ ആത്മധ്യാനം ചെയ്യാമെങ്കിൽ നമുക്ക് അതുല്യമായ ആനന്ദം ലഭിക്കും. ധനം, കാമഭോഗം തുടങ്ങിയവയിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്ന ഒരാനന്ദത്തിന്നും അതിനോട് കിടനില്ക്കാൻ കഴിയില്ല. അങ്ങനെ നിരന്തരം ആത്മധ്യാനം ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടോ, 'ഞാൻ നിലനില്ക്കുന്നു, ഞാൻ മാത്രം സത്യം' (I AM) എന്ന ശുദ്ധബോധത്തിൽ ആത്മസ്വരൂപനായി വർത്തിക്കുന്നതുകൊണ്ടോ ലഭിക്കുന്ന സംതൃപ്തി കൊണ്ട് എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളേയും ത്യജിച്ച് സ്ഥിതപ്രജ്ഞത കൈവരിക്കാൻ കഴിയും. അതുകൊണ്ട്, സ്ഥിതപ്രജ്ഞനാവാൻ ആവശ്യമായ ആദ്യത്തെ രണ്ടു ഘടകങ്ങൾ ആഗ്രഹങ്ങളെയെല്ലാം ഉപേക്ഷിക്കുകയും, സംതൃപ്തിക്കായി ബാഹ്യവസ്തുക്കളെയൊന്നും ആശ്രയിക്കാതെ നിരന്തരം ആത്മാവിൽത്തന്നെ സംതൃപ്തി കണ്ടെത്തുകയും ആണ്.

സമചിത്തത

അടുത്തതായി ഭഗവാൻ വേറെ രണ്ടു കാര്യങ്ങൾ പ്രസ്താവിക്കുന്നു. അദ്ദേഹം പറയുന്നു:

ദുഃഖേഷ്വനുദ്വിഗ്നമനാഃ
സുഖേഷു വിഗതസ്പൃഹഃ
വീതരാഗഭയക്രോധഃ
സ്ഥിതധീർമുനിരുച്യതേ (2.56)

'ദുഃഖത്തിൽ മനസ്സ് അസ്വസ്ഥമാകാത്തവനും, സുഖത്തിൽ ആഗ്രഹമില്ലാത്തവനും, ആസക്തി, ഭയം, ക്രോധം എന്നിവയില്ലാത്തവനും ആയ ആളെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞനെന്നു പറയുന്നു.'

ദുഃഖങ്ങളും ക്ലേശങ്ങളും മൂന്നുതരത്തിലുണ്ട്:

1. ആധ്യാത്മികം (വ്യക്തിപരം) – ഇവിടെ ദുഃഖത്തിനുള്ള കാരണം നിങ്ങൾ തന്നെയാണ്. ഉദാ: പ്രമേഹമുണ്ടെങ്കിലും നിങ്ങൾ കുറെ മധുരം കഴിക്കുന്നു, തൽഫലമായി വയറിൽ അസുഖമുണ്ടാവുന്നു. ഇവിടെ ദുഃഖകാരണം നിങ്ങളുടെ വിവേകരഹിതമായ പ്രവൃത്തിയാണ്.
2. ആധിഭൗതികം (വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ളത്) – ഇവിടെ, നിങ്ങളുടെ ദുഃഖത്തിനു കാരണം മറ്റൊരാളാണ്. ഉദാ: നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ കള്ളന്മാർ മോഷണം നടത്തുന്നു; നിങ്ങളെ തേൾ കുത്തുന്നു എന്നിങ്ങനെ.
3. ആധിദൈവികം (പ്രകൃതിക്ഷോഭങ്ങൾ) – ഭൂകമ്പം കാരണം നിങ്ങളുടെ വീടും സ്വത്തും നശിക്കുന്നു. വെള്ളപ്പൊക്കം, സുനാമി തുടങ്ങിയവ നാശനഷ്ടങ്ങളുണ്ടാക്കുന്നു.

ദുരിതങ്ങളും ക്ലേശങ്ങളും ഉണ്ടാക്കുന്ന ചുറ്റുപാടുകൾ നമുക്ക് നിയന്ത്രണാധീനമല്ലെന്നു കാണാം. ഭഗവാൻ രമണ മഹർഷി, ശ്രീരാമകൃഷ്ണപരമഹംസർ, മാ ആനന്ദമയി തുടങ്ങിയ മഹാത്മാക്കൾ പോലും അന്ത്യകാലത്ത് കഠിന രോഗബാധിതരായിരുന്നു. കുടുംബത്തിൽ മരണം, ധന നഷ്ടം എന്നിവ സംഭവിക്കുന്നു. നമുക്കവയെ തടയാനാവുന്നില്ല. എന്നാൽ നമുക്ക് അവയെ കാര്യമായെടുക്കാതെ ഉദാസീനഭാവം പുലർത്താനും അങ്ങനെ സ്വസ്ഥചിത്തരായിരിക്കാനും കഴിയും. സുഖദുഃഖങ്ങളെല്ലാം താല്ക്കാലികമാണ്, വന്നുപോകുന്നവയാണ്. അവയെ സഹിക്കാൻ നാം പഠിക്കണം. സുഖദുഃഖങ്ങളാൽ ബാധിക്കപ്പെടാതെ അവയെ സമചിത്തതയോടെ നേരിടുന്ന ഒരാൾ അമരത്വത്തിനർഹനായിത്തീരുന്നു എന്ന് രണ്ടാമധ്യായത്തിൽ ഭഗവാൻ

നേരത്തെ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട് (2.15). ദുഃഖങ്ങളെ അവഗണിക്കണമെന്നതു മനസ്സിലാക്കാം; എന്നാൽ, ജീവിതസുഖങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്നതിൽ എന്താണ് തെറ്റ്? സുഖാനുഭവത്തിൽ മനുഷ്യന് ലഹരിപിടിക്കുന്നു, മര്യാദയോടു കൂടിയ നല്ല പെരുമാറ്റം, സദാചാരനിയമങ്ങൾ എന്നിവയെ അവൻ അവഗണിക്കുന്നു. രണ്ടാമതായി, സുഖാനുഭവം കൂടുംതോറും അതിനുള്ള ആഗ്രഹം കൂടിക്കൂടി വരികയും അവ സാധിക്കാൻ ഏതു വഴിയും സ്വീകരിക്കാൻ അവൻ തയ്യാറാവുകയും ചെയ്യുന്നു. ആഗ്രഹം സാധിച്ചില്ലെങ്കിൽ അവൻ ക്രോധവശഗനാവുന്നു. ഇവയെല്ലാം കാരണം അവന്റെ മനസ്സ് അസ്വസ്ഥവും അസ്ഥിരവുമായിത്തീരുന്നു. നമുക്ക് ലഭിക്കുന്ന സുഖദുഃഖങ്ങൾ വാസ്തവത്തിൽ മനസ്സിന്റെ ഭാവന, സങ്കല്പം, മാത്രമാണ്; അവ സത്യമല്ല.

വൃദ്ധനായ ഒരു വ്യവസായി ഉണ്ടായിരുന്നു. ഒരു രാത്രി, തന്റെ അമ്പതുകൊല്ലം പഴക്കമുള്ള ഫാക്ടറി കെട്ടിടം തീപിടിച്ചു നശിക്കുകയാണെന്ന് അയാൾ കണ്ടു. ഫാക്ടറി ഇൻഷൂർ ചെയ്തിരുന്നില്ല. അപ്രതീക്ഷിതമായ ഈ ആപത്തിൽ അയാൾ കരഞ്ഞുതുടങ്ങി. അപ്പോഴാണ്, അന്നു രാവിലെ ആ ഫാക്ടറിയുടെ വില്പനയ്ക്ക് ഏർപ്പാട് ചെയ്തിരുന്നു എന്നും, ഒരു സഹോദരൻ വില്പനവിലയ്ക്കുള്ള ചെക്കുവാങ്ങാൻ പോയിരിക്കുകയാണെന്നും അയാളുടെ മകൻ വന്നു പറഞ്ഞത്. അതുകേട്ട് വൃദ്ധൻ സന്തുഷ്ടനായി നൃത്തം വെച്ചുതുടങ്ങി. അല്പസമയത്തിനുള്ളിൽ രണ്ടാമത്തെ മകൻ വന്ന്, ഫാക്ടറി വാങ്ങാൻ നിശ്ചയിച്ച ആൾ മനസ്സു മാറ്റിയെന്നും ചെക്കു തരാൻ വിസമ്മതിച്ചുവെന്നും പറഞ്ഞു. വീണ്ടും വൃദ്ധൻ വിലപിച്ചുതുടങ്ങി. ഈ സമയം മുഴുവൻ ഫാക്ടറി കത്തുകയായിരുന്നു എന്നതായിരുന്നു

വസ്തുത. എന്നാൽ വൃദ്ധൻ ആദ്യം ദുഃഖിതനായി; പിന്നെ, ഫാക്ടറി വിറ്റു എന്നു വിചാരിച്ച് സന്തുഷ്ടനായി; വീണ്ടും, വില്പന നടന്നില്ല എന്നറിഞ്ഞ് ദുഃഖിതനായി. അപ്പോൾ, ഫാക്ടറിയായിരുന്നില്ല അയാളുടെ സുഖത്തിനോ ദുഃഖത്തിനോ കാരണം. സുഖദുഃഖങ്ങൾ മാറി മാറി വന്നത് സങ്കല്പം, ഒരു ചിന്ത, മാത്രമായിരുന്നു.

ഉദാഹരണമായി വേറൊരു കഥയുണ്ട്. ഗ്രാമവാസികളായ രാമനും കൃഷ്ണനും സ്നേഹിതന്മാരായിരുന്നു. അവർ ഭാഗ്യം തേടി വിദേശത്തു പോയി. ഗ്രാമത്തിൽ അവരുടെ വീട്ടുകാർക്ക് അവരെപ്പറ്റി വിവരമൊന്നും കിട്ടിയിരുന്നില്ല, എന്നാൽ, തങ്ങളുടെ മക്കൾ ധാരാളം ധനം സമ്പാദിക്കുന്നുണ്ടാവും എന്നു വിചാരിച്ച് അവർ സന്തോഷിച്ചു. പത്തു കൊല്ലത്തിനുശേഷം അതേ ഗ്രാമത്തിൽ നിന്ന് ഗോവിന്ദൻ എന്നു പറഞ്ഞ യുവാവ് അതേ സ്ഥലത്തേക്കു പോവുകയായിരുന്നു. രാമന്റേയും കൃഷ്ണന്റേയും വീട്ടുകാർ അയാളോട് തങ്ങളുടെ മക്കളെ കണ്ട് വിവരമറിയിക്കണമെന്ന് പറഞ്ഞേല്പിച്ചു. ഗോവിന്ദൻ രാമനെ കണ്ടു; വിദേശത്തു വന്ന് താമസിയാതെ കൃഷ്ണൻ മരിച്ചുവെന്ന് അപ്പോൾ രാമൻ അയാളോടു പറഞ്ഞു. തന്റെ വ്യാപാരം നന്നായി നടക്കുന്നുണ്ടെന്നും ഏതാനും മാസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ താൻ നാട്ടിലേക്കു മടങ്ങുകയാണെന്നും രാമൻ കൂട്ടിച്ചേർത്തു. ഗോവിന്ദൻ നേരത്തെ മടങ്ങി. ആരാണ് മരിച്ചതെന്ന് അയാൾക്ക് കൃത്യമായി ഓർമ്മയില്ലാതായി. അതുകൊണ്ട് രാമന്റെ അച്ഛനോട് രാമൻ പണ്ടേ മരിച്ചുവെന്നും കൃഷ്ണന്റെ അച്ഛനോട് കൃഷ്ണൻ ധനികനായി അടുത്തുതന്നെ തിരിച്ചുവരുമെന്നും പറഞ്ഞു. തീരെ വാസ്തവവിരുദ്ധമായിരുന്നു ഇത്. രാമൻ ജീവിച്ചിരിപ്പുണ്ടായിരുന്നു; എന്നാൽ, അയാളുടെ വീട്ടിൽ രാമൻ മരിച്ചുവെന്ന് വിചാരിച്ചു വലിയ വിലാപമായിരുന്നു. കൃഷ്ണൻ പണ്ടേ മരിച്ചിരുന്നു; എന്നാൽ തങ്ങളുടെ മകൻ ധനികനായി ഉടനെ തിരിച്ചെത്തുമെന്നാശിച്ച് വീട്ടുകാർ ആനന്ദഭരിതരായിരുന്നു. സജീവനായ രാമൻ തന്റെ വീട്ടുകാരുടെ ദുഃഖത്തിനോ, മൃതനായ കൃഷ്ണൻ അയാളുടെ വീട്ടുകാരുടെ സന്തോഷത്തിനോ വാസ്തവത്തിൽ കാരണക്കാരായിരുന്നില്ല.

അതുകൊണ്ട് സുഖദുഃഖങ്ങൾ മാനസികാവസ്ഥകൾ മാത്രമാണ്; അവയ്ക്ക് കാരണമായി വാസ്തവത്തിൽ ഒന്നുമില്ല. സ്വന്തം മനസ്സിനെ ഇക്കാര്യം ബോധ്യപ്പെടുത്തി സുഖദുഃഖങ്ങൾ അതിനെ ബാധിക്കാതാക്കാം. അങ്ങനെ മനസ്സിന് സ്വാസ്ഥ്യവും സ്ഥിരവുമായി വർത്തിക്കാൻ സാധ്യമാവും.

സുഖദുഃഖാനുഭവങ്ങൾ അഹങ്കാരത്തെ – നമുക്ക് നമ്മുടെ ശരീരവുമായുള്ള താദാത്മ്യബോധത്തെ – ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു എന്നു കാണാം. നാമെല്ലാം ആത്മാവാണ്; ഒരേ ആത്മാവാണ് എല്ലാ ശരീരങ്ങളിലും വർത്തിക്കുന്നത്. എല്ലാ ബൾബുകളിലും ഒരേ വൈദ്യുതി വ്യാപിച്ചിരിക്കുന്നു; എന്നാൽ, ബൾബിനു സംഭവിക്കുന്നതൊന്നും വൈദ്യുതിയെ ബാധിക്കുന്നില്ല. അതുപോലെ ആത്മാവിന് ശരീരവുമായി ഒരു ബന്ധവുമില്ല. അതുകൊണ്ട്, ഒരടുത്ത ബന്ധുവിന്റെ മരണംപോലെ ദുഃഖത്തിനു കാരണമായ പരിതഃസ്ഥിതികൾ ശരീരത്തോടു ബന്ധപ്പെട്ടവയാണ്; ബന്ധുക്കൾക്ക് ശരീരത്തോടാണ് ബന്ധം, ആത്മാവിനോടല്ല. നാം വാസ്തവത്തിൽ ആരാണ് എന്നറിയാത്തതാണ് സുഖദുഃഖങ്ങൾക്കെല്ലാം കാരണം. ഗുരുവിൽ നിന്നും ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ നിന്നും ബ്രഹ്മജ്ഞാനം – ആത്മജ്ഞാനം – സിദ്ധിച്ചാൽ സുഖദുഃഖങ്ങൾ നമ്മെ ബാധിക്കാത്ത അവസ്ഥ ലഭ്യമാകും.

രാഗ – ദ്വേഷ – ഭയങ്ങൾ

സ്ഥിതപ്രജ്ഞതയ്ക്ക് എതിരായ പിന്നത്തെ പ്രധാന ഘടകം മൂന്നെണ്ണം ഒന്നിച്ചുചേർന്നതാണ് – രാഗ, ഭയ, ക്രോധ ങ്ങൾ. രാഗം (ആസക്തി) അതിനെതിരായ ദ്വേഷം (വെറുപ്പ്) എന്ന ഘടകത്തേയും ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. ഒരുപക്ഷേ ദ്വേഷം രാഗത്തേക്കാൾ ബലപ്പെട്ടതാവാം.

ഒരിക്കൽ അവിവാഹിതയായ ഒരു ധനികയുവതി ചില സാധനങ്ങൾ വാങ്ങുന്നതിനായി അങ്ങാടിയിൽ പോയി. പേയിളകിയ ഒരു പട്ടി അവിടെ വെച്ച് അവരെ കടിച്ചു. സാധന ങ്ങൾ വാങ്ങാൻ വളരെ സമയമെടുത്തു. അവർക്ക് വളരെ അസ്വാസ്ഥ്യം തോന്നി. അവർ കുറച്ചകലെയുള്ള അവരുടെ ഡോക്ടറുടെ വീട്ടിലേക്ക് കാറോടിച്ചുപോയി. ഡോക്ടർ അവരെ പരിശോധിച്ചശേഷം, സമയം വളരെ വൈകിയെന്നും വിഷം അവരുടെ ശരീരത്തിൽ പരന്നു കഴിഞ്ഞു എന്നും പറഞ്ഞു. ഏതാനും മണിക്കൂറുകൾക്കുള്ളിൽ അവർ ഒരു പട്ടിയെപ്പോലെ കുരയ്ക്കാനും ആളുകളെ കടിക്കാനും തുടങ്ങും; അതുകൊണ്ട് അദ്ദേഹം അവർക്ക് തന്റെ ഒസ്യത്തെഴുതാൻ കുറച്ചു കടലാസ്സും പേനയും എടുത്തു കൊടുത്തു. അവർ പേജുകൾ നിറയെ എഴുതിത്തുടങ്ങി. അത്ഭുതപ്പെട്ട ഡോക്ടർ അതിനെപ്പറ്റി അന്വേഷിച്ചു. താൻ ഒരു പട്ടിയെപ്പോലെ പെരുമാറിത്തുടങ്ങിയാൽ കടിക്കേണ്ട തായ, താൻ വെറുക്കുന്ന, ആളുകളുടെ പട്ടിക എഴുതുക യാണ് എന്ന് അവർ പറഞ്ഞു. ഇവിടെ ദ്വേഷം രാഗത്തേക്കാൾ ശക്തിമത്താണെന്നു കാണാം. ഭീഷ്മർ, ദ്രോണർ തുടങ്ങിയ തന്റെ ഗുരുക്കന്മാരോടും സഹോദരതുല്യരായ മറ്റു ബന്ധു ക്കളോടും ഉള്ള രാഗംമൂലമാണ് അർജ്ജുനന് തന്റെ കർത്ത വ്യത്തെപ്പറ്റി – യുദ്ധം ചെയ്ത് അവരെ വധിക്കണമോ, അതോ, യുദ്ധത്തിൽ നിന്ന് പിന്മാറണമോ, എന്ന് – ആശയ ക്കുഴപ്പവും മനോവിഭ്രമവും ഉണ്ടായത്. വേറെ ആരെങ്കിലു മാണ് യുദ്ധസന്നദ്ധരായി തനിക്കെതിരെ നിന്നിരുന്നത് എങ്കിൽ അവരെ നൊടിയിടയിൽ വധിക്കുന്നതിന് അദ്ദേഹ ത്തിന് ഒരു വിഷമവും തോന്നുമായിരുന്നില്ല.

രാവണൻ യുദ്ധക്കളത്തിൽ മരിച്ചുകിടക്കുമ്പോൾ വിഭീഷണൻ അല്പം അകലെ ഉദാസീനനായി നില്ക്കുക യായിരുന്നു എന്ന് വാല്മീകി രാമായണത്തിൽ പറയുന്നു. അപ്പോൾ ശ്രീരാമൻ അദ്ദേഹത്തോട് രാവണന്റെ അന്ത്യ കർമ്മങ്ങൾക്കുള്ള ഏർപ്പാടുകൾ ചെയ്യാൻ പറയുന്നു. കാരണം, ശത്രു മരിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ പിന്നെ ശത്രുത അവസാ നിക്കണം.

ഭയമാണ് മനസ്സിനെ അസ്വസ്ഥമാക്കുന്ന വേറൊരു ഘടകം. ദ്വൈതഭാവനയാണ് ഭയത്തിനു കാരണം എന്ന് ഉപനിഷത്തുകളും ഭാഗവതവും പറയുന്നു. നാം ഓരോരു ത്തരും അന്യരിൽ നിന്നും ഭിന്നരായ വ്യക്തികളാണ് എന്ന് ചിന്തിക്കുന്ന കാലത്തോളം മറ്റു വ്യക്തികളിൽ നിന്നും വസ്തുക്കളിൽ നിന്നും ഭയമുണ്ടാവും. ഒരേ ഭഗവാൻ തന്നെ യാണ് പല രൂപങ്ങളിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നത്. സിനിമയിൽ ഒരേ നടൻ തന്നെ ഒരു യാത്രികനായിട്ടും അയാളെ വഴി യിൽവെച്ച് ആക്രമിക്കുന്ന കൊള്ളക്കാരനായിട്ടും അഭിനയി ക്കുന്നു എങ്കിൽ ആർ ആരെ ഭയപ്പെടണം? ഈയടുത്ത കാലത്ത് ഭഗവാൻ രമണമഹർഷിയെ കള്ളന്മാർ ആശ്രമ ത്തിൽ വെച്ച് ആക്രമിക്കുകയും അടിക്കുകയും ചെയ്തു എന്നും അദ്ദേഹം നിർഭയനായി അവിടെ നിന്നു എന്നും നാം കേട്ടിട്ടുണ്ട്. ആ കള്ളന്മാരെ പോലീസുകാർ പിടിച്ച് അദ്ദേഹ ത്തിന്റെ മുമ്പിൽ കൊണ്ടുവന്നു; എന്നാൽ, അദ്ദേഹം അവരെ

തിരിച്ചറിയാൻ വിസമ്മതിച്ചു. ബാംഗ്ലൂരിലെ തിരുച്ചി സ്വാമികളുടെ ജീവചരിത്രത്തിലും ഇത്തരം ഒരു സംഭവം വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. അദ്ദേഹം ചെറുപ്പത്തിൽ ശ്രീലങ്കയിൽ വെച്ച് ഒരു മദം പൊട്ടിയ ആനയെ വെറും നോട്ടം കൊണ്ട് മെരുക്കുകയുണ്ടായി. അത് ജനത്തിരക്കുള്ള ഒരു സ്ഥലത്ത് നിയന്ത്രണമില്ലാതെ പാഞ്ഞ് കുറെ ബുദ്ധഭിക്ഷുകളെ ആക്രമിക്കുമെന്ന സ്ഥിതിയിലായിരുന്നു. ഭയത്തെ ജയിക്കുവാൻ രണ്ടു വഴികളുണ്ട്. ഒന്ന്, ഒരേ ആത്മാവാണ് എല്ലാ ശരീരങ്ങളിലും വസ്തുക്കളിലും വ്യാപിച്ചിരിക്കുന്നത് എന്നും ആത്മാവിൽ നിന്നു ഭിന്നമായി, അതിന് ദോഷം വരുത്തുന്നവിധം, ലോകത്തിൽ ഒന്നുമില്ലെന്നും അറിയുക. രണ്ടാമത്തേത് ഭക്തിമാർഗ്ഗമാണ് – ഒരേ ഈശ്വരനാണ് എല്ലാ രൂപങ്ങളായും പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നത് എന്നറിയുകയും ഈശ്വരൻ സർവ്വദാ തന്നെ രക്ഷിക്കും എന്ന് ഉറപ്പായി വിശ്വസിക്കുകയും ചെയ്യുക. ഭാഗവതം പറയുന്നു:

ഭയം ദ്വിതീയാഭിനിവേശതഃ സ്യാത്
ഈശാദപേതസ്യ വിപര്യയോഽസ്മൃതിഃ
തന്മായയാതോ ബുധ ആഭജേത്തം
ഭക്ത്യൈകയേശം ഗുരുദേവതാത്മാ (11.2.37)

(ഈശ്വരനെ വിസ്മരിച്ച മനുഷ്യന് ആത്മബോധമുണ്ടാവില്ല. തന്മൂലം, അയാൾക്ക് ദേഹാഭിമാനവും, അതിൽ നിന്ന് ശരീരത്തോട് ബന്ധപ്പെട്ട വസ്തുക്കളിൽ ആഗ്രഹവും ആസക്തിയും ഉണ്ടാവുന്നു. അതോടെ അവ നഷ്ടപ്പെടുമോ എന്നും താൻ മരിക്കുമോ എന്നും ഉള്ള ഭയവും ഉണ്ടാവുന്നു. ഇതെല്ലാം ഈശ്വരന്റെ മായയുടെ പ്രവർത്തനം മൂലമാണ്. അതുകൊണ്ട് വിവേകമുള്ള മനുഷ്യൻ ഗുരുവിലും ദേവതകളിലും സർവ്വ ജീവികളിലും ഈശ്വര സാന്നിധ്യം കണ്ടറിഞ്ഞ് പൂർണ്ണഭക്തിയോടെ ഈശ്വരനെ സേവിക്കണം.)

ക്രോധം കാമത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗം തന്നെയായതുകൊണ്ട് നാം അവയെ ഒന്നിച്ചാണ് പരിഗണിച്ചിട്ടുള്ളത്. ആഗ്രഹപൂർത്തിയിൽ തടസ്സങ്ങളുണ്ടാവുമ്പോൾ നാം ക്രോധവശഗരാവുന്നു. ക്രോധവശഗനായ മനുഷ്യന്റെ മനസ്സ് കലങ്ങിമറിഞ്ഞ് താൻ ചെയ്യുന്നതും പറയുന്നതും എന്താണെന്ന് അയാൾക്കറിയാതാവുന്നു. പറയാൻ പാടില്ലാത്തതു പറഞ്ഞ് അയാൾക്ക് പിന്നീട് പശ്ചാത്തപിക്കേണ്ടി വരും. പല കൊലപാതകങ്ങളും നടക്കുന്നത് ക്രോധത്തിനു വഴങ്ങിയിട്ടാണ്. വാല്മീകിരാമായണം സുന്ദരകാണ്ഡത്തിൽ ക്രോധത്തിന്റെ ദോഷങ്ങളെപ്പറ്റി ഹനുമാന്റെ ഒരു നീണ്ട മനോഗതമുണ്ട്. ലങ്കയിലുള്ള സീതാദേവിക്കും ആപത്തുപറ്റിയേക്കാം എന്നോർക്കാതെ, താൻ ക്രോധവശഗനായി ആലോചനയില്ലാതെ ലങ്ക മുഴുവൻ ദഹിപ്പിച്ചതിനെപ്പറ്റി അദ്ദേഹം ചിന്തിക്കുകയായിരുന്നു. രാഗ-ഭയ-ക്രോധങ്ങളുടെ പിടിയിൽ നിന്ന് മോചനം പ്രാപിക്കാതെ ഒരാൾക്ക് സ്ഥിതപ്രജ്ഞത കൈവരികയില്ല.

ശുഭാശുഭങ്ങളിൽ സമത്വം

അടുത്തതായി ഭഗവാൻ പറയുന്നു.

യഃ സർവ്വത്രാനഭിസ്നേഹഃ
തത്തത് പ്രാപ്യ ശുഭാശുഭം
നാഭിനന്ദതി ന ദ്വേഷ്ടി
തസ്യപ്രജ്ഞാ പ്രതിഷ്ഠിതാ (2.57)

'ഒന്നിലും ആസക്തിയില്ലാതെ, തനിക്കു ശുഭകരങ്ങളായ കാര്യങ്ങളെ അഭിനന്ദിക്കാതെയും അശുഭകരങ്ങളായവയെ വെറുക്കാതെയും വർത്തിക്കുന്നവന്റെ പ്രജ്ഞ സ്ഥിരമായിത്തീരുന്നു.'

ഇത്തരം ഒരാശയം അഷ്ടാവക്രഗീതയിലും കാണാം:

ശുഭാശുഭേ വിഹായാസ്മാ-
ദഹമാസേ യഥാസുഖം (13.7)

'ഇതു നല്ലതാണ്, ഇതു ചീത്തയാണ് എന്ന ചിന്തയുപേക്ഷിച്ച് ഞാൻ സുഖമായി കഴിയുന്നു.'

ഏത് ആസക്തിയും അധ്യാത്മപുരോഗതിക്ക് തടസ്സമാണ്. ഈ വിഷയം നേരത്തെ പരിഗണിച്ചു കഴിഞ്ഞു. അനുകൂലമായതിനെ പ്രശംസിക്കരുത്, പ്രതികൂലമായതിനെ നിന്ദിക്കുകയും അരുത് എന്നും ഈ ഗീതാശ്ലോകത്തിന് അർത്ഥം പറയുന്നുണ്ട്. ഒരു കർമ്മത്തെ, അഥവാ, വ്യക്തിയെ പ്രശംസിക്കുക; അതുപോലെ, എന്തിനെയെങ്കിലും നിന്ദിക്കുക, അല്ലെങ്കിൽ ഉപേക്ഷിക്കുക - ഇവരണ്ടും വേണ്ടെന്നു വെക്കണം. നല്ലതു തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ ശ്രമിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങൾ വേറൊരാളുടെ, അഥവാ, വസ്തുക്കളുടെ മേന്മയോ, ഗുണമോ, ദോഷമോ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കും. ഇത് ഭേദചിന്തക്കും ഒന്നിനോട് പ്രത്യേകം ആനുകൂല്യം കാണിക്കുന്നതിനും വഴിവെക്കുന്നു. സംഭവിക്കുന്നതെന്തും ഈശ്വരൻ മുൻകൂട്ടി നിശ്ചയിച്ചതായ ഒരു പ്രപഞ്ചനാടകമാണ്. നല്ലതും ചീത്തയുമെല്ലാം അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഇച്ഛ. ചീത്തയാണെന്നു നമുക്കു തോന്നുന്നതിനെ നിന്ദിക്കുന്നത് ആ പൂർണ്ണതയുടെ ഇച്ഛയെ വിമർശിക്കുകയായിരിക്കും. അതെല്ലാം മനസ്സിനെ അസ്വസ്ഥമാക്കുന്നു. ഭാഗവതം പറയുന്നു.

ന കുര്യാന്ന വദേത് കിഞ്ചിത്
ന ധ്യായേത് സാധ്വസാധുവാ
ആത്മാരാമോഽനയാ വൃത്ത്യാ
വിചരേത് ജഡവന്മുനിഃ (11.11.17)

'എന്തെങ്കിലും നല്ലതാണെന്നോ ചീത്തയാണെന്നോ ചിന്തിക്കരുത്, പറയരുത്, ചെയ്യരുത്. മുനി (ജ്ഞാനി) ആത്മാവിൽ ത്തന്നെ രമിച്ചുകൊണ്ട് ജഡനെപ്പോലെ ആചരിക്കണം.'

ഇന്ദ്രിയസംയമം

ഇതുവരെയായി ഭഗവാൻ മനസ്സിന്റെ സ്ഥിരത പുലർത്തുവാൻ മൂന്നു കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞു. 1) കാമനകൾ ത്യജിക്കുക; 2) സുഖദുഃഖങ്ങളിൽ പ്രതികരിക്കാതെ ആത്മാവിൽത്തന്നെ സംതൃപ്തനായി വർത്തിക്കുക; 3) രാഗം, ഭയം, ക്രോധം എന്നിവ ഉപേക്ഷിക്കുക. ഇനി ഭഗവാൻ ഇന്ദ്രിയസംയമം എന്ന നാലാമത്തെ ഘടകത്തെ പരാമർശിക്കുന്നു:

യദാ സംഹരതേ ചായം
കൂർമ്മോഽങ്ഗാനീവ സർവ്വശഃ
ഇന്ദ്രിയാണി ഇന്ദ്രിയാർത്ഥേഭ്യഃ
തസ്യപ്രജ്ഞാ പ്രതിഷ്ഠിതാ (2.58)

'ആമ തന്റെ അംഗങ്ങളെ എല്ലായിടത്തുനിന്നും ഉള്ളിലേക്കു പിൻവലിക്കുന്നതുപോലെ, തന്റെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ അവയുടെ വിഷയങ്ങളിൽ നിന്ന് പിൻവലിക്കുന്ന ആളുടെ പ്രജ്ഞ സ്ഥിരമായിരിക്കും.'

ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ അവയുടെ വിഷയങ്ങളിൽ വ്യാപരിക്കാൻ വിടരുത്. ഉദാഹരണമായി, ഒരു പുരുഷന്റെ കാര്യത്തിൽ, വളരെ നന്നായി വസ്ത്രം ധരിച്ച ഒരു സ്ത്രീയെ നിരത്തിൽ വെച്ചു കണ്ടാൽ ഉടനെ നിങ്ങളുടെ കണ്ണുകളെ പിൻതിരിക്കുക; അല്ലെങ്കിൽ, നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് ആ വ്യക്തിയാൽ ആകർഷിക്കപ്പെട്ടേക്കാം; അഥവാ, നിങ്ങളുടെ പത്നിക്ക് അത്തരം ഒരു വസ്ത്രം വാങ്ങിക്കൊടുക്കാൻ ആഗ്രഹമുണ്ടാ

യേക്കാം. അങ്ങനെ അത് നിങ്ങളുടെ മനസ്സിനെ അസ്വസ്ഥമാക്കും. അതുപോലെ, നിങ്ങൾ വഴിയിൽ നടക്കുമ്പോൾ ഒരു കടയിൽ നിന്ന് അത്യന്തം വഷളായ പാട്ടുകൾ കേട്ടുവെന്നിരിക്കട്ടെ; ഉടനെ അത്തരം പാട്ടുകൾ കേൾക്കുന്നതിൽ നിന്ന് ശ്രവണേന്ദ്രിയത്തെ പിൻവലിക്കണം. അവ നിങ്ങളുടെ മനസ്സിൽ ആ സമയത്തും, പിന്നീട് അവയുടെ ഓർമ്മ വരുമ്പോഴും, ചീത്ത സംസ്കാരങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കും. വഴിയെ പോകുന്ന ഒരു ആമ എന്തെങ്കിലും തടസ്സം കണ്ടാൽ ഉടനെ അതിന്റെ തലയും കാലുകളും പുറംതോടിനുള്ളിലേക്കു പിൻവലിക്കും. അതേപോലെ, നാം രൂപം, ശബ്ദം, രസം, സ്പർശം എന്നിങ്ങനെ ഏതെങ്കിലും ഇന്ദ്രിയവിഷയവുമായി ബന്ധപ്പെടാൻ ഇടവന്നാൽ ഉടനെ കണ്ണ്, ചെവി തുടങ്ങിയ അതാതിന്ദ്രിയങ്ങളെ ആ വിഷയങ്ങളിൽ നിന്ന് പിൻവലിക്കണം; അല്ലെങ്കിൽ അവ ആ സമയത്തു മാത്രമല്ല, ആ വിഷയസ്പർശങ്ങൾ കാരണം ഉണ്ടായ സംസ്കാരങ്ങളാൽ പിന്നീടും, അസ്വസ്ഥമാവും.

ബുദ്ധഭഗവാന്റെയടുത്ത് പത്തുകൊല്ലം പഠിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന ഒരു ഭിക്ഷു സംഘംവിട്ട് ദേശാടനം ചെയ്ത് ധർമ്മം പ്രചരിപ്പിക്കണമെന്ന് ആഗ്രഹിച്ചുവത്രേ. യാത്രപറയുന്ന സമയത്ത് അദ്ദേഹം ബുദ്ധനോട് എന്തെങ്കിലും ഉപദേശം തനിക്ക് നല്കണമെന്ന് അപേക്ഷിച്ചു. ബുദ്ധൻ പറഞ്ഞു: 'ഏതെങ്കിലും സ്ത്രീയെ കണ്ടാൽ അവളെ നോക്കാതെ കണ്ണുകളെ പിൻതിരിക്കണം.' ബുദ്ധന്റെ പ്രിയ ശിഷ്യനായ ആനന്ദൻ ചോദിച്ചു: 'ഭഗവൻ, ഇദ്ദേഹത്തിന് മറ്റേയാൾ സ്ത്രീയാണോ പുരുഷനാണോ എന്നറിയുന്നതിന് ശരിയായി നോക്കണ്ടേ?' ബുദ്ധൻ പറഞ്ഞു: 'ശരി, കാണുന്നതിലും തെറ്റില്ല. പക്ഷേ, ഒരിക്കലും ഒരു സ്ത്രീയെ തൊട്ടുപോകരുത്.' വീണ്ടും ആനന്ദൻ പറഞ്ഞു: 'ഒരു സ്ത്രീ വെള്ളത്തിൽ മുങ്ങിച്ചാവുകയാണെങ്കിലും ഭിക്ഷു അവളെ രക്ഷിച്ചു കരയ്ക്കു കൊണ്ടുവരേണ്ട; അല്ലെങ്കിൽ, ഒരു സ്ത്രീ വഴിയിൽ ബോധം കെട്ടുകിടക്കുകയാണെങ്കിൽ ഭിക്ഷു അവളുടെ ബോധക്ഷയം മാറ്റാൻ ശ്രമിക്കേണ്ട, എന്നാണോ അങ്ങു പറയുന്നത്?' ബുദ്ധൻ വീണ്ടും ആലോചിച്ചു പറഞ്ഞു: 'ശരി. ഇത്തരം പ്രത്യേക പരിതഃസ്ഥിതികളിൽ ആ വ്യക്തിയെ തൊടുന്നതിൽ ദോഷമില്ല. എന്നാൽ, ഒരു കാര്യം ശ്രദ്ധിക്കണം. എപ്പോഴും പൂർണ്ണബോധവനായിരിക്കണം.'

ആമ വഴിയിൽ എന്തിനെയെങ്കിലും കണ്ടാൽ ഉടനെ തന്റെ പുറംതോടിന്നുള്ളിലേക്ക് വലിയുന്നു. ഇതുതന്നെയാണ് ഒരു സാധകനും ചെയ്യേണ്ടത്. വിഷം കഴിച്ചാൽ മാത്രമേ ഒരുവനെ കൊല്ലുന്നുള്ളൂ; എന്നാൽ വിഷയങ്ങൾ, അവയെ കണ്ടാൽ, അല്ലെങ്കിൽ, സ്പർശിച്ചാൽത്തന്നെ ഒരുവനെ (ആധ്യാത്മികമായി) കൊല്ലുന്നു എന്ന് ശങ്കരാചാര്യർ വിവേകചൂഡാമണിയിൽ പറയുന്നു. അങ്ങനെ, ആമ മനസ്സിന്റെ സ്ഥിരതയുടെ പ്രതീകമാണ്. ഭാഗവതത്തിൽ ദേവാസുരന്മാർ അമൃതു ലഭിക്കാനായി പാലാഴി കടയുന്ന കഥയുണ്ട്. കടകോലായി ഉപയോഗിച്ച മന്ദരപർവ്വതം വല്ലാതെ ഇളകി മുങ്ങാൻ തുടങ്ങിയപ്പോൾ ഭഗവാൻ ആമയുടെ രൂപമെടുത്ത് (കൂർമ്മാവതാരം) മന്ദരപർവ്വതത്തിന് ഉറച്ച താങ്ങായി നിന്നു.

വിട്ടുപോകാൻ വിഷമമായ വിഷയരസം

കഠിനരോഗം ബാധിച്ച ഒരാൾക്ക് ആഹാരം, അല്ലെങ്കിൽ, ആകർഷകങ്ങളായ മറ്റ് വസ്തുക്കൾ എന്നിവ കാണുമ്പോൾ താല്പര്യം തോന്നുന്നില്ല; അയാളുടെ ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ നിയന്ത്രി

തങ്ങളാണ്. അയാളുടെ പ്രജ്ഞ സ്ഥിരമായെന്ന് ഇതിനർത്ഥ മുണ്ടോ? ഇല്ല. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ പ്രത്യാഹൃതങ്ങളാണ്; രൂപം, രസം, സ്പർശം, ഗന്ധം, ശബ്ദം എന്നീ വിഷയങ്ങളാകുന്ന ആഹാരം അവയ്ക്കു ലഭിക്കുന്നില്ല എങ്കിലും വിഷയങ്ങളോ ടുള്ള മാനസികസംഗം (ആസക്തി) അത്ര എളുപ്പത്തിൽ വിട്ടുപോകുന്നില്ല. ഭഗവാൻ നേരത്തെ പറഞ്ഞതുപോലെ, ഈ ആസക്തി ഉപേക്ഷിക്കുന്നത് ആവശ്യമാണ്. ഭഗവാൻ തുടർന്നു പറയുന്നു:

വിഷയാ വിനിവർത്തന്തേ
നിരാഹാരസ്യ ദേഹിനഃ
രസവർജം രസോഽപ്യസ്യ
പരംദൃഷ്ട്വാ നിവർത്തതേ (2.59)

'ഒരാൾ തന്റെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ വിഷയാനുഭവത്തിൽ നിന്ന് തീരെ അകറ്റിനിർത്തുമ്പോൾ, ത്യജിക്കപ്പെട്ട ആ വിഷയങ്ങൾ മാറി നില്ക്കുന്നു എങ്കിലും, വിഷയങ്ങളിലുള്ള സൂക്ഷ്മമായ രുചി, അല്ലെങ്കിൽ സുഖാനുഭവത്തിന്റെ സംസ്കാരം, നില നില്ക്കുക തന്നെ ചെയ്യുന്നു. പരമസത്യത്തെ സാക്ഷാൽക്ക രിക്കുമ്പോൾ ഈ സൂക്ഷ്മമായ രസവും തീരെ വിട്ടുമാറുന്നു.'

ഏതു സാധകനും ജീവിതത്തിൽ ചില വിഷയസുഖ ങ്ങൾ അനുഭവിച്ചിരിക്കും. നേരത്തെയുണ്ടായ ആ സുഖാ നുഭവത്തിന്റെ രസം മനസ്സിൽ അതിന്റെ സംസ്കാരത്തെ ഉളവാക്കുന്നു. കായം സൂക്ഷിച്ചിരുന്ന ഭരണിയിൽ നിന്ന് കായം മുഴുവൻ എടുത്തുമാറ്റിയാലും ആ മണം ബാക്കി നില്ക്കുന്നു. അതുപോലെ, നാം ആമയെപ്പോലെ ഇന്ദ്രിയ ങ്ങളെ വിഷയങ്ങളിൽ നിന്ന് പിൻവലിച്ച് ഒന്നും കാണുകയോ മണക്കുകയോ സ്പർശിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ലെങ്കിലും ആ വിഷയാനന്ദം, രസം, മനസ്സിൽ അതിന്റെ മുദ്ര പതിപ്പിക്കുന്നു.

ഒരു നിമിഷനേരത്തെ ബന്ധം, ക്ഷണികമായ ഒരു നോട്ടം അഥവാ സ്പർശം മതി അതിന്റെ രസം മനസ്സിൽ അവശേഷി പ്പിക്കാൻ.

ഒരു കഥയുണ്ട്. രണ്ടു യുവസന്യാസിമാർ ഒന്നിച്ചു യാത്ര ചെയ്യുകയായിരുന്നു. അവർക്ക് വഴിയിൽ ഒരു പുഴ കടക്കാ നുണ്ടായിരുന്നു. പുഴയിൽ അരവരെ വെള്ളമുണ്ട്. സുന്ദരി യായ ഒരു യുവതി കൈകളിൽ നിറയെ സാമാനങ്ങളുമായി അവിടെ നിന്നിരുന്നു. അവൾക്ക് അക്കരയിലുള്ള ഭർതൃഗൃഹ ത്തിൽ പോകണം. എങ്ങനെ പുഴകടക്കുമെന്ന് ചിന്തിച്ചു നില്ക്കുകയായിരുന്നു അവൾ. സാരി നനഞ്ഞു വൃത്തി കേടാവാതെ ഭർതൃഗൃഹത്തിലെത്തണമെന്ന് അവളാഗ്ര ഹിച്ചു. പ്രായം കുറഞ്ഞ സന്ന്യാസിയോട് അവൾ തന്നെയും സാമാനങ്ങളേയും നനയാതെ അക്കരെ എത്തിക്കാൻ അപേ ക്ഷിച്ചു. അദ്ദേഹം അവളെ സഹായിച്ചു. മറ്റേ സന്ന്യാസി അതൃപ്തിയോടെ അതു നോക്കിനിന്നു. രണ്ടു സന്ന്യാസി മാരും പുഴയുടെ മറുകരയിൽ ഒരു സത്രത്തിൽ രാത്രി താമസിച്ചു, ആ സ്ത്രീയെ കൈയിലെടുത്ത് മറുകരയെ ത്തിച്ചതുമൂലം ബ്രഹ്മചര്യവ്രതം ലംഘിച്ച സന്ന്യാസി എന്തു വലിയ തെറ്റാണ് ചെയ്തത് എന്നായിരുന്നു മുതിർന്ന സന്ന്യാസി വളരെ നേരം ചിന്തിച്ചത്. രാവിലെ അദ്ദേഹത്തിന് തന്റെ അതൃപ്തി പ്രകടിപ്പിക്കാതിരിക്കാൻ സാധ്യമല്ലാതായി. അദ്ദേഹം യുവസന്ന്യാസിയോട് ആ സ്ത്രീക്ക് വളരെ ഭാര മുണ്ടായിരുന്നുവോ എന്നു ചോദിച്ചു. അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു: 'ഞാൻ അവളെ ഏതാനും നിമിഷങ്ങൾ മാത്രമാണ് വഹി ച്ചത്. എന്നാൽ രാത്രി മുഴുവൻ അവളെ മനസ്സിൽ വഹിച്ചു കൊണ്ടിരുന്ന അങ്ങക്ക് അക്കാര്യം കൂടുതൽ അറിയേണ്ട താണ്.'

വിഷയങ്ങൾ മനസ്സിൽ അവശേഷിപ്പിക്കുന്ന രസം വാസ്തവത്തിൽ അവയിലുള്ള ആസക്തി തന്നെയാണ്. ഈ സൂക്ഷ്മമായ ആസക്തിയും പോകണം. പരമസത്യത്തെ, 'ഞാൻ അതുതന്നെയാണ്' എന്ന് സാക്ഷാൽക്കരിക്കുമ്പോൾ മാത്രമേ അതു പോകൂ. ഈ പൂർണ്ണസാക്ഷാൽക്കാരം കൈവരുന്നതുവരെ താൻ വിഷയങ്ങളുടെ ആകർഷണത്തിൽ നിന്ന് തികച്ചും മുക്തനാണെന്ന് ആരും വിചാരിക്കരുത്. ആ സാക്ഷാൽക്കാരം ലഭിച്ച ആൾ ബ്രഹ്മസ്വരൂപനായി വർത്തിക്കുന്നു. താൻ ലക്ഷ്യത്തിലെത്തി എന്നു ചിന്തിക്കാൻ അദ്ദേഹത്തിന് ഒരു പ്രത്യേക വ്യക്തിത്വം അവശേഷിക്കുന്നില്ല.

വിഷയങ്ങളിൽ നിന്ന് അകന്നുനിന്നതുകൊണ്ടു മാത്രമായില്ല, വിഷയങ്ങളിലുള്ള ആസക്തി – രസം – കൂടി ഇല്ലാതാകണം, അല്ലെങ്കിൽ അത് മനസ്സിനെ അസ്വസ്ഥമാക്കും. ഇക്കാര്യത്തിൽ നിരന്തരമായ ജാഗരൂകത ആവശ്യമാണ്. ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം ലഭിക്കുന്നതിന് എല്ലാ ആസക്തികളേയും വാസനകളേയും ഉന്മൂലനം ചെയ്യണമെന്ന് ഒരു വശത്തും, ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം ലഭിച്ചാലേ അവ ശരിക്കും ഇല്ലാതാവുകയുള്ളൂ എന്ന് മറുവശത്തും പറയുന്നത് ഒരു വിഷമവൃത്തമാവുന്നു. സാധനയുടെ ഘട്ടത്തിൽത്തന്നെ, സ്വപരിശ്രമം കൊണ്ടും ഗുരുവിന്റേയും ഈശ്വരന്റേയും കൃപ കൊണ്ടും മിക്ക ആസക്തികളേയും ഇല്ലാതാക്കണം; ഇല്ലാതാക്കാൻ സാധ്യമാണ്. സത്സംഗം, മന്ത്രജപം, പരമാത്മാവിനോട്, അല്ലെങ്കിൽ, നമ്മുടെ ഇഷ്ടദേവതയോട് ചെയ്യുന്ന പ്രാർത്ഥന എന്നിവ നമുക്ക് അത്യന്തം ഉപകാരപ്രദമാണ് എന്നാണ് എന്റെ സ്വന്തം അനുഭവം. ആ സത്യവസ്തുവിനെ ആത്മാവെന്നോ, പരമാത്മാവെന്നോ, ശിവനെന്നോ, വിഷ്ണുവെന്നോ എന്തു പേരു വിളിച്ചാലും, അതിനെ ഭാവന

ചെയ്യുന്നത് അകത്തോ പുറത്തോ ആണെങ്കിലും, ആ ബോധം നമ്മുടെ ആത്മാർത്ഥമായ പ്രാർത്ഥനയ്ക്ക് പ്രതികരിക്കുന്നു. സാധനാഘട്ടത്തിൽ എന്തെങ്കിലും തടസ്സമോ സംശയമോ കാണുമ്പോൾ പ്രാർത്ഥനകൊണ്ട് അവയെ നീക്കാൻ തീർച്ചയായും സാധിക്കും. ഇക്കാര്യത്തിൽ എനിക്ക് പല അനുഭവങ്ങളും ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. തീവ്രമായ സാധന കൊണ്ട് മനസ്സ് ആത്മാവിൽ ഉറച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ വാസനകളെല്ലാം നാമറിയാതെ തന്നെ ക്ഷയിച്ചു തുടങ്ങും. സാധനകൾക്കെല്ലാം ശേഷവും അവശേഷിക്കുന്ന സൂക്ഷ്മമായ രസം പ്രവർത്തകമാവാതെ ബീജരൂപത്തിൽ കിടക്കും; നാം സദാ ജാഗരൂകരായിരിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ, അല്പമായ വിഷയസ്പർശം കൊണ്ടുപോലും അത് പ്രവർത്തകമായെന്നവരും.

ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ ശക്തി

ഇന്ദ്രിയസംയമം കൂടാതെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞതയുടെ സാരമായ സമ്യഗ് ദർശനം, ശരിയായ ജ്ഞാനം, ഉണ്ടാവില്ല. ഇതാണ് ഭഗവാൻ ഇനി പരാമർശിക്കുന്നത്:

യതതോഹ്യപി കൗന്തേയ
പുരുഷസ്യ വിപശ്ചിതഃ
ഇന്ദ്രിയാണി പ്രമാഥീനി
ഹരന്തി പ്രസഭം മനഃ *(2.60)*

താനി സർവ്വാണി സംയമ്യ
യുക്ത ആസീത മത്പരഃ
വശേ ഹി യസ്യേന്ദ്രിയാണി
തസ്യപ്രജ്ഞാ പ്രതിഷ്ഠിതാ *(2.61)*

'ഹേ അർജ്ജുനാ, വിവേകിയായ ഒരാൾ വളരെ പരിശ്രമിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും, ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ അതിശക്തങ്ങളും

അയാളെ അങ്ങേയറ്റം പിടിച്ചിളക്കാൻ കഴിവുള്ളവയും ആയതുകാരണം, അവ മനസ്സിനെ ബലമായി (ആത്മധ്യാന ത്തിൽ നിന്ന്) വഴി തെറ്റിക്കുന്നു.

മനസ്സിനെ എല്ലാ സമയത്തും ഈശ്വരനിൽ ഭക്തിപൂർവ്വം നിർത്തി ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ പൂർണ്ണമായി സംയമനം ചെയ്തു വെക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെ പ്രജ്ഞ സ്ഥിരമാണെന്ന് പറയുന്നു.'

ഇക്കാര്യം നേരത്തെ പറഞ്ഞതാണെങ്കിലും ഭഗവാൻ അതിന്റെ പ്രാധാന്യം ഇവിടെ എടുത്തുപറയുകയാണ്. രണ്ടാ മധ്യായം 68-ാം ശ്ലോകത്തിൽ ഭഗവാൻ വീണ്ടും ഇന്ദ്രിയ സംയമത്തിന്റെ ആവശ്യത്തെപ്പറ്റി പറയുന്നുണ്ട്.

സാധനയുടെ ഒരു ഘട്ടത്തിലും വിഷയങ്ങളോട് തനിക്കുള്ള ആകർഷണം ഇല്ലാതായി എന്ന് സാധകൻ വിചാരിക്കരുത്. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ സമയം കാത്തിരിക്കുന്നു. വാല്മീകിരാമായണത്തിൽ വാല്മീകി, മാഹാത്മ്യമെല്ലാം ഇല്ലാതായി. രണഭൂമിയിൽ മരിച്ചുകിടക്കുന്ന രാവണനെ കണ്ട് വിലപിക്കുന്ന മണ്ഡോദരിയെ വർണ്ണിക്കുന്നുണ്ട്. മണ്ഡോദരി പറയുന്നു: 'ഹേ രാവണാ, (തപസ്സുചെയ്യുന്ന കാലത്ത്) അങ്ങ് ഇന്ദ്രിയങ്ങളെയെല്ലാം ജയിച്ചിരുന്നു. അതുകൊണ്ടാണ് അങ്ങയ്ക്ക് ത്രൈലോക്യാധിപത്യം ലഭിച്ചത്. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ പകരം വീട്ടാൻ കാത്തിരിക്കുകയായിരുന്നു എന്നു തോന്നുന്നു. അതുകൊണ്ട് അങ്ങ് അല്പം അശ്രദ്ധ കാണിച്ചപ്പോൾ അവ അങ്ങയ്ക്ക് ഈ കഠിനമായ ആപത്തു വരുത്തി.' ഇന്ദ്രിയങ്ങ ളുടെ മേലുള്ള പിടി നിമിഷനേരംപോലും അയച്ചുവിടരുത്; 'സാധകനായ ഞാൻ' ഇല്ലാതായി, 'ഞാൻ എന്റെ ഇന്ദ്രിയ ങ്ങളെ അടക്കിനിർത്തുന്നു' എന്നു വിചാരിക്കാൻ ആരും ഇല്ലാതാവുന്നതുവരെ സാധന തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കണം.

വ്യാസമഹർഷിയെപ്പറ്റി ഒരു കഥയുണ്ട്. ഒരു ദിവസം അദ്ദേഹം ജൈമിനി എന്ന ശിഷ്യന് താഴെ പറയുന്ന വരികൾ. വിവരിച്ചുകൊടുക്കുകയായിരുന്നു.

ബലവാൻ ഇന്ദ്രിയഗ്രാമോ
വിദ്വാംസമപി കർഷതി

'ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ വളരെ ശക്തിമത്താണ്. അവ അറിവുള്ളവനെ പ്പോലും വലിച്ചുതാഴ്ത്തുന്നു.' ജൈമിനി ആ വരികളെ ശക്തി യോടെ എതിർത്ത് അവ ഇങ്ങനെയാവണമെന്നു പറഞ്ഞു:

ബലവാൻ ഇന്ദ്രിയഗ്രാമോ
വിദ്വാംസം തു ന കർഷതി

'ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ ശക്തിമത്താണെങ്കിലും അവയ്ക്ക് അറിവുള്ള ഒരാളെ വലിച്ചുതാഴ്ത്താൻ സാധ്യമല്ല.' താൻ അതിനൊരു ഉദാഹരണമാണെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. വ്യാസൻ അതിനെതിരു പറഞ്ഞില്ല. ആശ്രമം ഒരു വൻകാട്ടിലായിരുന്നു. ഒരിക്കൽ വ്യാസൻ ജൈമിനിയെ ആശ്രമത്തിലാക്കി ഏതാനുംനാൾ എവിടെയോ പോയി. അന്നുരാത്രി കഠിന മായി മഴപെയ്തുതുടങ്ങി. ഏകദേശം ഒമ്പതുമണിക്ക് ആരോ വാതിലിൽ മുട്ടി. ജൈമിനി വാതിൽ തുറന്നപ്പോൾ സുന്ദരി യായ ഒരു യുവതി മഴകൊണ്ട് വിറച്ച്, വസ്ത്രങ്ങളെല്ലാം നനഞ്ഞ് ശരീരത്തിൽ ഒട്ടിപ്പിടിച്ച നിലയിൽ നില്ക്കുന്നതു കണ്ടു. വീട്ടിലേക്കുള്ള വഴി തെറ്റിപ്പോയതുകാരണം അന്നു രാത്രി അവിടെ താമസിക്കുന്നതിന് അവൾ അനുവാദം ചോദിച്ചു. അവളുടെ സൗന്ദര്യത്തിൽ മുഗ്ധനായി നിന്ന ജൈമിനി അവളെ അകത്ത് പ്രവേശിപ്പിച്ചു. അദ്ദേഹം അവൾക്ക് ഉണങ്ങിയ വസ്ത്രങ്ങൾ കൊടുത്തു. അകത്തെ മുറിയിൽ അവൾക്ക് കിടപ്പൊരുക്കി അദ്ദേഹം കുടിലിന്റെ പുറത്തെ വരാന്തയിൽ കിടന്നു. അവളുടെ സൗന്ദര്യത്തെ

പ്പറ്റി ചിന്തിച്ച് അദ്ദേഹത്തിനുറങ്ങാൻ സാധിച്ചില്ല. അർദ്ധ രാത്രിയിൽ അദ്ദേഹം പുരപ്പുറത്തുകയറി അവിടെ ഒരു തുളയുണ്ടാക്കി ആ യുവതിയുടെ മുറിയിലേക്കു ചാടി. അവൾ അമ്പരന്നെഴുന്നേറ്റു. ജൈമിനി അവളെ ആലിംഗനം ചെയ്യാൻ ശ്രമിച്ചപ്പോൾ കൈയിൽ ആരുടെയോ താടിമീശ പെട്ടു. മുമ്പിൽ നില്ക്കുന്നത് സുന്ദരിയായ യുവതിയല്ല, തന്റെ വന്ദ്യഗുരു വ്യാസനാണെന്നു കണ്ടു. അദ്ദേഹം നാണിച്ചു പോയി. വ്യാസൻ പുഞ്ചിരിയോടെ ചോദിച്ചു: 'നാം അന്ന് ചർച്ചചെയ്ത വരികൾ തിരുത്തണമെന്ന് ഇപ്പോഴും തോന്നുന്നുണ്ടോ?' ജൈമിനി പറഞ്ഞു: 'ഉവ്വ്, ഗുരോ. പക്ഷേ വേറൊരു രീതിയിലാണ് തിരുത്തേണ്ടത്.

ബലവാൻ ഇന്ദ്രിയഗ്രാമോ
വിദ്വാംസമപി കർഷതി കർഷതി കർഷത്യേവ

ബലവത്തായ ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ വിവേകിയായ ഒരാളെ പ്പോലും താഴേക്ക് വലിച്ചുകൊണ്ടുപോവുകതന്നെ ചെയ്യുന്നു. നിരന്തരമായ ഈശ്വരസ്മരണ – ആത്മസ്മരണ – തന്നെ യാണ് അതിനെ ജയിക്കാനുള്ള വഴി. നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് പൂർണ്ണമായ പ്രേമത്തോടും ഭക്തിയോടും കൂടി നിരന്തരം ഈശ്വരനുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കട്ടെ – അങ്ങനെ നിങ്ങൾ 'യുക്ത'നായിത്തീരണം, ഈശ്വരനുമായി ഒന്നാവണം. ഗീതയിൽ 6–ാം അധ്യായത്തിൽ 8–ാം ശ്ലോകത്തിൽ 'യുക്ത'ന്റെ നിർവചനം കൊടുത്തിട്ടുണ്ട്.

ജ്ഞാനവിജ്ഞാനതൃപ്താത്മാ
കൂടസ്ഥോ വിജിതേന്ദ്രിയഃ
യുക്ത ഇത്യുച്യതേ യോഗീ
സമലോഷ്ടാശ്മ കാഞ്ചനഃ

ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ നിന്നു ലഭിച്ച അറിവുകൊണ്ടും അവയെ അഭ്യസിച്ചതുകൊണ്ട് ലഭിക്കുന്ന അനുഭവംകൊണ്ടും സംതൃ പ്തനായവനും, അത്യന്തം സ്ഥൈര്യമുള്ളവനും, ഇന്ദ്രിയ സംയമം കൈവന്നവനും, ഒരുപിടി മണ്ണിനേയും സ്വർണ്ണ ത്തേയും ഒരുപോലെ കാണുന്നവനും ആയ വ്യക്തിയാണ് 'യുക്തൻ'. ശ്രീരാമകൃഷ്ണപരമഹംസൻ ഒരു കൈയിൽ സ്വർണ്ണനാണ്യങ്ങളും മറ്റേതിൽ അല്പം മണ്ണും എടുത്ത് രണ്ടിനേയും ഗംഗയിലേക്ക് 'ഇത് പൊന്ന്, ഇത് മണ്ണ്' എന്നു പറഞ്ഞ് എറിഞ്ഞതായി പറയുന്നു. ലോകത്തിലുള്ള ഒരു വസ്തുവിനും, അത് മണ്ണോ പൊന്നോ ആവട്ടെ, വില കല്പിക്കാതാവണം എന്നതാണ് ഉദ്ദേശം.

സ്വപ്നത്തിൽ നാം കാണുന്ന ആനയും ചുണ്ടെലിയും, അല്ലെങ്കിൽ ഒരു വിലപിടിച്ച കോട്ടും തൂവാലയും സത്യ മല്ലാത്തതുകൊണ്ടും അവകൊണ്ട് പ്രത്യേകം പ്രയോജന മൊന്നും ഇല്ലാത്തതുകൊണ്ടും അവയ്ക്ക് പ്രത്യേകം മൂല്യമില്ല. അതേപോലെ, ഒരു സാധകന് ഈശ്വരനോടല്ലാതെ യാതൊരാകർഷണവുമില്ല; ഈശ്വരനല്ലാതെ മറ്റൊന്നും വിലപ്പെട്ടതല്ല; കാരണം, മറ്റു വസ്തുക്കളെല്ലാം സ്വപ്ന സമാനം അയഥാർത്ഥങ്ങളാണ്. ഇവിടെ, യുക്തൻ എന്നാൽ ഈശ്വരനിൽ പൂർണ്ണമായി ഏകാഗ്രത പുലർത്തുന്ന ഒരാൾ എന്നാണർത്ഥം. ലൗകികവസ്തുക്കൾക്കുപകരം ഈശ്വര നാവണം അയാളുടെ പ്രേമത്തിനും ഭക്തിക്കും ആസ്പദം.

സർവ്വനാശത്തിന്റെ വഴി

സ്ഥിതപ്രജ്ഞത കൈവരുന്നതിന് ആത്മസംയമം അത്യ ന്താപേക്ഷിതമാണ്. അതുകൊണ്ട് ഭഗവാൻ ഇന്ദ്രിയസംയമം ഇല്ലാത്ത ഒരാൾക്ക് വന്നുചേരാവുന്ന വിപത്തിനെക്കുറിച്ച് പറയുന്നു.

ധ്യായതോവിഷയാൻ പുംസഃ
സംഗസ്തേഷൂപജായതേ
സംഗാത് സംജായതേ കാമഃ
കാമാത് ക്രോധോഽഭിജായതേ (2.62)

ക്രോധാത് ഭവതി സമ്മോഹഃ
സമ്മോഹാത് സ്മൃതി വിഭ്രമഃ
സ്മൃതിഭ്രംശാത് ബുദ്ധിനാശോ
ബുദ്ധിനാശാത് പ്രണശ്യതി (2.63)

'ഇന്ദ്രിയവിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരുവന് അവയിൽ ആസക്തി ജനിക്കുന്നു. ആസക്തിയിൽ നിന്ന് ആഗ്രഹവും ആഗ്രഹത്തിൽ നിന്ന് ക്രോധവും ഉണ്ടാവുന്നു. ക്രോധത്തിൽ നിന്ന് മോഹം ജനിക്കുന്നു. മോഹത്തിൽ നിന്ന് സ്മൃതിനാശവും തന്മൂലം ബുദ്ധിനാശവും ഉണ്ടാവുന്നു. ബുദ്ധിനാശത്താൽ അവൻ പൂർണ്ണമായി നശിക്കുന്നു.'

ആകർഷകമായ ഒരു വസ്തുവിനെ കാണുന്നത്, അസഭ്യമായ ഒരു പാട്ടുകേൾക്കുന്നത്, ഒരു യുവതിയെ (സ്ത്രീയുടെ കാര്യത്തിൽ, യുവാവിനെ) സ്പർശിക്കുന്നത് തുടങ്ങിയവ, ആ വിഷയങ്ങളെപ്പറ്റിത്തന്നെ ഓർത്തുകൊണ്ടിരിക്കുക, വിഷയവസ്തുക്കളിൽ നിന്നുണ്ടായ സുഖം ഓർത്ത് പൂർവ്വകാലത്തെ സ്മരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക എന്നിവപോലെ അത്ര ദോഷകരമല്ല. ഇത്തരം വിഷയചിന്തകൊണ്ട് അവയിലുള്ള ആസക്തി വളരുന്നു. ഇതേ തത്ത്വമനുസരിച്ച്, നിരന്തരം ഈശ്വരനെ സ്മരിക്കുകയും ധ്യാനിക്കുകയും ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നാൽ നമുക്ക് ഈശ്വരനിൽ പ്രേമമുണ്ടാവുകയും അവസാനം നാം ഈശ്വരനിൽ ലയിക്കുകയും ചെയ്യും. ഭാഗവതം പറയുന്നു: 'നിരന്തരം ലൗകികവസ്തുക്കളെ

ചിന്തിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നാൽ മനസ്സ് അവയിൽ മുഴുകും. എന്നെ (ഈശ്വരനെ) സദാ സ്മരിക്കുന്നവൻ എന്നിൽത്തന്നെ ലയിക്കും.'

വിഷയാൻ ധ്യായതശ്ചിത്തം
വിഷയേഷു വിഷജ്ജതേ
മാമനുസ്മരതശ്ചിത്തം
മയ്യേവ പ്രവിലീയതേ (11.14.27)

വിഷയധ്യാനം മാത്രമല്ല ആഗ്രഹങ്ങളുണ്ടാക്കുന്ന ആസക്തിക്കു കാരണം; വിഷയവുമായി കുറച്ചുകാലം ബന്ധം പുലർത്തുന്നതുതന്നെ ആസക്തിക്കു കാരണമാവുന്നു. നിങ്ങൾക്ക് പാശ്ചാത്യസംഗീതം ഇഷ്ടമല്ലെന്നിരിക്കട്ടെ; ഒരു വർഷക്കാലം ദിവസേന ഒന്നോ രണ്ടോ മണിക്കൂർ അതുകേട്ടുകൊണ്ടിരുന്നാൽ നിങ്ങൾക്കതിഷ്ടമാവും. പന്നികളെ ഇഷ്ടമല്ലെന്നു വെക്കുക; ഒരു പന്നിക്കുട്ടിയെ വാങ്ങി വീട്ടിൽ വളർത്തുകയും, ദിവസേന കുറച്ചുസമയം അതിന്റെ കൂടെ കളിക്കുകയും ചെയ്താൽ, വിരൂപമെന്നു കരുതിയ ആ മൃഗത്തേയും നിങ്ങൾ സ്നേഹിച്ചു തുടങ്ങും. അത് ഓടിപ്പോയാൽ നിങ്ങൾക്ക് അതിന്റെ അഭാവം വല്ലാതെ അനുഭവപ്പെടും.

ഏതെങ്കിലും ഋഷി കഠിനതപസ്സിൽ ഏർപ്പെട്ടാൽ, തന്റെ സ്ഥാനം നേടാനാണോ അദ്ദേഹം ഒരുമ്പെടുന്നത് എന്ന് ഇന്ദ്രൻ ആശങ്കിക്കുന്നതായി പുരാണങ്ങളിൽ പല കഥകളും കാണാം. അദ്ദേഹം അതുകൊണ്ട് സുന്ദരിമാരായ അപ്സരസ്സുകളെ ഋഷിയുടെ മുമ്പിൽ നൃത്തം ചെയ്ത് മനംമയക്കി അദ്ദേഹത്തിന്റെ തപസ്സു മുടക്കാനായി അയയ്ക്കും. ഒരിക്കൽ സൗഭരി എന്ന മഹർഷി ജനസമ്പർക്കം ഒഴിവാക്കാനായി ഒരു നദിയിൽ മുങ്ങി അവിടെ അനേകം വർഷങ്ങൾ സമാധിയിൽ

കഴിച്ചു. ഒരു ദിവസം അദ്ദേഹം കണ്ണുതുറന്നപ്പോൾ മീന മിഥുനങ്ങൾ കുഞ്ഞുങ്ങളോടുകൂടി രമിക്കുന്നതാണ് കണ്ടത്. ആ ഒരൊറ്റ നോട്ടം കൊണ്ട് ഒരു കന്യകയെ വിവാഹം കഴിച്ച് കുട്ടികളുമായി രമിക്കുവാൻ അദ്ദേഹത്തിന്റെ മനസ്സിൽ ശക്തിയായ ആഗ്രഹം പൊന്തിവന്നു. ദീർഘകാലത്തെ ആത്മസംയമം ഒരൊറ്റ നിമിഷം കൊണ്ട് പറപറന്നു. അദ്ദേഹം അവിടെ നിന്നെഴുന്നേറ്റു മാന്ധാതാ എന്ന രാജാവിന്റെ അടുത്തുപോയി ഒരു കന്യകയെ വിവാഹത്തിനു ചോദിച്ചു.

കാമത്തിന്റെ തന്നെ കൂടപ്പിറപ്പാണ് ക്രോധം. ക്രോധവശഗനാവുമ്പോൾ എന്താണ് പറയുന്നതും ചെയ്യുന്നതും എന്ന് ബോധമില്ലാതാവുന്നു. അവൻ ക്രുദ്ധനാവുകയല്ല, ക്രോധം തന്നെയാവുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. അത്രമാത്രം ക്രോധവുമായി ഒന്നായിത്തീരുന്നു. മൂന്നാം അധ്യായത്തിന്റെ അവസാനത്തിൽ അർജ്ജുനൻ കൃഷ്ണനോട് ചോദിക്കുന്നു:

'എന്തിനാൽ പ്രേരിതനായിട്ടാണ് മനുഷ്യൻ പാപം ചെയ്യുന്നത്? അവന്റെ മനഃസാക്ഷി എതിരായി നില്ക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും ഏതോ പിശാചു ബാധിച്ചാലെന്നപോലെ അവൻ പാപം ചെയ്യുന്നു.' കർമ്മവാസനക്കു കാരണമായ രജോഗുണത്തിൽ നിന്നുണ്ടാവുന്ന കാമവും ക്രോധവുമാണ് അത്തരം പാപകർമ്മങ്ങൾക്കു കാരണം; കാമ-ക്രോധങ്ങൾ നമ്മുടെ മഹാശത്രുക്കളാണ് എന്നാണ് കൃഷ്ണന്റെ മറുപടി. (ഗീത 3.37)

കാമ ഏഷ ക്രോധ ഏഷ
രജോഗുണസമുദ്ഭവഃ
മഹാശനോ മഹാപാപ്മാ
വിദ്ധ്യേനമിഹ വൈരിണം (3.37)

കാമക്രോധങ്ങളുടെ ഗൗരവസ്വഭാവവും ദോഷഫലങ്ങളും മനസ്സിലാക്കിയാൽ അവയെ നേരിട്ട് നശിപ്പിക്കുന്നതെങ്ങനെ എന്ന പ്രധാന പ്രശ്നം ഉയരുന്നു. മൂന്നാമധ്യായം 41, 43 ശ്ലോകങ്ങളിൽ ഭഗവാൻ അതിനുള്ള പരമമായ പരിഹാരം നിർദ്ദേശിക്കുന്നുണ്ട്.

തസ്മാത് ത്വമിന്ദ്രിയാണ്യാദൗ
നിയമ്യ ഭരതർഷഭ
പാപ്മാനം പ്രജഹി ഹ്യേനം
ജ്ഞാനവിജ്ഞാന നാശനം (3.41)

ഏവം ബുദ്ധേഃ പരം ബുദ്ധ്വാ
സംസ്തഭ്യാത്മാനം ആത്മനാ
ജഹി ശത്രും മഹാബാഹോ
കാമരൂപം ദുരാസദം (3.43)

'അതുകൊണ്ട് നീ ആദ്യം ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ നിയമനം ചെയ്ത് ജ്ഞാനവിജ്ഞാനങ്ങളെ നശിപ്പിക്കുന്ന ഈ പാപിയെ ഹനിക്കുക. ആത്മസംയമത്തോടെ ബുദ്ധിക്കപ്പുറത്തുള്ള സത്യവസ്തുവിനെ അറിഞ്ഞ്, ജയിക്കാൻ വിഷമമായ കാമരൂപത്തിലുള്ള ഈ ശത്രുവിനെ ഹനിക്കുക.'

ഇന്ദ്രിയങ്ങൾക്ക് അവയുടെ വിഷയത്തോടുള്ള ബന്ധം കൊണ്ടാണ് കാമം ഉയരുന്നത്. (ഉദാ: മൂക്ക് മസാലദോശയുടെ മണമേല്ക്കുന്നു.) അതുകൊണ്ട് ആദ്യം ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ സംയമനം ചെയ്യണം. അവ ആകർഷകങ്ങളായ വസ്തുക്കളുടെ വലയിൽപെടരുത്. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ വിഷയങ്ങളെപ്പറ്റിയുള്ള വിവരം മനസ്സിന്നു കൊടുക്കുന്നു; മനസ്സ് അവയെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. അതുകൊണ്ട് മനസ്സിനെ ആ ചിന്തകളിൽ നിന്നു വിടുത്തി ആത്മധ്യാനത്തിൽ ഉറപ്പിക്കണം.

മനസ്സിന് പലവിധത്തിൽ വിക്ഷേപമുണ്ടാക്കുന്ന പലതരം വിനോദങ്ങളും പരസ്യങ്ങളുമുള്ള ഇക്കാലത്ത് ഈ മാർഗ്ഗം വിജയകരമായി സ്വീകരിക്കാൻ പലർക്കും സാധ്യമാവില്ല.

ആഗ്രഹങ്ങൾ, പ്രത്യേകിച്ചും കാമവികാരം, ആണ് എത്ര സാധന ചെയ്താലും സാധകനെ ഏറ്റവും ഒടുവിൽ വിട്ടു പോകുന്നത്. വളരെ വയസ്സുചെന്നാലും കാമവികാരം പുറമേക്കു നിരുപദ്രവമായ രീതികളിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നു. (പുരുഷന്മാരുടെ കാര്യത്തിൽ) യുവതികളോട് സ്വകാര്യമായി സംസാരിക്കുക, അവരെ തമാശ പറഞ്ഞ് ചിരിപ്പിക്കുക, അനുഗ്രഹിക്കാനെന്നപോലെ അവരുടെ തലയിലും കവിളിലും തൊട്ടുതലോടുക ഇത്തരം കാഴ്ചയിൽ നിരുപദ്രവകരമായ കർമ്മങ്ങളെ 'എട്ടുവിധം മൈഥുനങ്ങളിൽ' പെടുത്തുന്നു. അതുകൊണ്ട് അത്തരം കർമ്മങ്ങളിൽ നിന്ന് ഒഴിഞ്ഞു നില്ക്കണം. കാമവികാരം ഉണർത്തുന്ന ചിത്രങ്ങൾ പല മാസികകളിലും പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു കാണാം. അത്തരം മാസികകൾ നോക്കരുത്. ചീത്ത പരിപാടികൾ കാണിക്കുന്ന സിനിമാ തിയേറ്ററുകൾ, ടി.വി. എന്നിവയിൽ നിന്നും അകന്നു നില്ക്കണം. ഭക്ഷണകാര്യത്തിൽ ഗീത 17-ാം അധ്യായത്തിൽ വിവരിക്കുന്ന രാജസ - താമസ ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിക്കരുത്. (ശ്ലോകം 8, 9, 10).

ഒരു ശ്ലോകമുണ്ട്:

വിശ്വാമിത്ര പരാശരപ്രഭൃതയഃ വാതാംബു പർണാശനാഃ
ദൃഷ്ട്വാ സ്ത്രീമുഖപങ്കജം സുലളിതം തത്രൈവ മോഹം ഗതാഃ
ശാല്യന്നം ഘൃതദുഗ്ധപായസയുതം യേ ഭുംജതേ മാനവാഃ
തേഷാം ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹോ യദി ഭവേത് വിന്ധ്യസ്തരേത് സാഗരം

'വായു, വെള്ളം, ഇല തുടങ്ങിയവ ഭക്ഷിച്ചു തപസ്സുചെയ്ത വിശ്വാമിത്രൻ, പരാശരൻ തുടങ്ങിയ മഹർഷിമാർ സുന്ദരിമാരായ സ്ത്രീകളെക്കണ്ട് മോഹിച്ചുപോയി. നെയ്യ്, പാല് തുടങ്ങിയ പോഷകവസ്തുക്കൾ ചേർത്ത അരിഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നവർക്ക് ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം സാധിക്കാമെങ്കിൽ വിന്ധ്യപർവ്വതം സമുദ്രം കടന്ന് അക്കരെയെത്തും.'

ആത്മധ്യാനത്തിൽ ഏകാഗ്രത പുലർത്താൻ സാധിക്കാത്തവർ ഗുരുവിൽ നിന്നു ലഭിച്ച മന്ത്രം കഴിയുന്നത്ര തവണ മുടങ്ങാതെ ജപിക്കുകയും പൂജാഹോമാദികളിൽ ഏർപ്പെടുകയും ചെയ്യണം. സത്സംഗം ചെയ്യണം. കാമം ഉൾപ്പെടെ എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളും ഇല്ലാതായിത്തീരാൻ നിത്യവും ഭഗവാനോട് പ്രാർത്ഥിക്കുക. പ്രാർത്ഥനകൾ വളരെ ഫലപ്രദമാണ്. പുരാതനരും ആധുനികരുമായ മഹാത്മാക്കളുടെ ജീവചരിത്രം വായിക്കുക. അവർക്കുണ്ടായിരുന്ന തീവ്രമായ ഈശ്വരദർശനാകാംക്ഷ, അവർ അനുഷ്ഠിച്ച തപസ്യ തുടങ്ങിയവ നിങ്ങൾക്ക് പ്രചോദനം നല്കും. അവസാനമായി, എന്നാൽ വളരെ പ്രധാനമായി, ഗുരുകൃപ വേണം. ഗുരുകൃപ അതിമഹത്താണ്, ഒരിക്കലും പാഴാവാത്തതാണ്. ശ്രീരാമകൃഷ്ണന്റെ ഒരു പ്രധാന ശിഷ്യൻ ഒരിക്കൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ അടുത്തേക്കോടി, കാമവികാരം തന്നെ പെട്ടെന്ന് ആക്രമിച്ചിരിക്കുന്നു എന്നു പറഞ്ഞു. രാമകൃഷ്ണൻ അദ്ദേഹത്തോട് നാവുനീട്ടാൻ പറഞ്ഞു; അതിൽ കാമബീജമായ ക്ലീം എന്ന ബീജാക്ഷരം എഴുതി. അതിന് കാമത്തെ ഇല്ലാതാക്കാനുള്ള കഴിവുണ്ട്. ആ ശിഷ്യന് പിന്നെ കാമോപദ്രവം ഉണ്ടായില്ല.

കർമ്മയോഗം, ഭക്തിയോഗം എന്നിങ്ങനെ നാം അനുസരിക്കുന്ന യോഗമാർഗ്ഗം ഏതായാലും, അന്തിമമായ സാധന

പൂർണ്ണമായ അസ്തിത്വത്തിന്റെ ശുദ്ധബോധത്തിൽ വർത്തിക്കുകയാണ്. 'I am' എന്നതാണ് ആ അവസ്ഥ – I (ഞാൻ) എന്നത് പൂർണ്ണതയാണ്. അവിടെ ആത്മാവ് സർവ്വവ്യാപകമായ അദ്വയബ്രഹ്മത്തിൽ വിലയിച്ചിരിക്കുന്നു. അത് സാധനയും (മാർഗ്ഗം) ആണ്, ലക്ഷ്യവുമാണ്. ശാസ്ത്രങ്ങൾ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ള ഏതു മാർഗ്ഗവും നമ്മെ ആ പരമസത്യത്തിലെത്തിക്കുമെന്നത് തീർച്ചയാണ്.

സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ തന്നെ ഗുണാതീതൻ

ഗീത എല്ലാ യോഗങ്ങളുടേയും ഒരു സുന്ദര സമന്വയമാണ്. ഈ സ്ഥിതപ്രജ്ഞലക്ഷണങ്ങളെല്ലാം ജ്ഞാന (സാംഖ്യ) യോഗത്തിന്റെ കാഴ്ചപ്പാടിൽ നിന്നുള്ളതാണ്. ഭഗവാൻ ഇതേ വിഷയം പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ മൂലഘടകങ്ങളായ സത്ത്വം, രജസ്സ്, തമസ്സ് എന്നീ ത്രിഗുണങ്ങളുടെ കാഴ്ചപ്പാടിൽ നിന്നും വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. പതിന്നാലാം അധ്യായത്തിന്റെ അന്ത്യത്തിൽ അർജ്ജുനൻ ഗുണാതീതനെ എങ്ങനെ തിരിച്ചറിയാം, അദ്ദേഹത്തിന്റെ ജീവിതരീതി എന്താണ്, ആ അവസ്ഥ എങ്ങനെ പ്രാപിക്കാം എന്നു ചോദിക്കുന്നുണ്ട്. ഗുണാതീതന്റെ വിവരണം സ്ഥിതപ്രജ്ഞന്റേതു തന്നെയാണെന്ന് ഭഗവാന്റെ മറുപടിയിൽ നിന്നു കാണാം.

സമദുഃഖസുഖഃ സ്വസ്ഥഃ
സമലോഷ്ടാശ്മകാഞ്ചനഃ
തുല്യപ്രിയാപ്രിയോ ധീര-
സ്തുല്യനിന്ദാത്മസംസ്തുതിഃ (14.24)

സമചിത്തത, സുഖദുഃഖങ്ങളെ സമമായി കാണുക, മണ്ണിനേയും പൊന്നിനേയും ഒന്നുപോലെ കരുതുക, ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾ (രാഗദ്വേഷങ്ങൾ) ഇല്ലാതിരിക്കുക, നിന്ദയും

സ്തുതിയും തുല്യമായി കരുതുക എന്നിവയാണ് ഗുണാതീതന്റെ പ്രധാന ലക്ഷണങ്ങൾ. ഗുണാതീതൻ സദാ ആത്മനിഷ്ഠനായിരിക്കണം (സ്വസ്ഥൻ); വിഷയങ്ങളുടെ പിന്നാലെ പോകരുത്. രണ്ടാമധ്യായം 55, 56, 57 എന്നീ ശ്ലോകങ്ങളിൽ വിവരിച്ച സ്ഥിതപ്രജ്ഞലക്ഷണങ്ങൾ തന്നെയാണിവ. ഗുണങ്ങളുടെ സ്വാധീനത്തിൽ നിന്ന് സ്വതന്ത്രനാവുമ്പോൾ മാത്രമേ ഒരാൾ മുക്തനും അമരനും ആവുന്നുള്ളൂ (14.20). സ്ഥിതപ്രജ്ഞത എന്ന അവസ്ഥ 'ബ്രാഹ്മീസ്ഥിതി' (ബ്രഹ്മത്തിന്റെ അവസ്ഥ) തന്നെയാണെന്നും അന്ത്യനിമിഷത്തിലെങ്കിലും അതനുഭവിക്കുന്ന ആൾ മുക്തനായി പരമസത്യത്തെ പ്രാപിക്കുന്നു എന്നും ഭഗവാൻ പറയുന്നുണ്ട് (2.72).

ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ധനസമ്പാദനത്തിലും വിഷയഭോഗങ്ങളിലും ചിലവാക്കിയശേഷം മരണശയ്യയിൽ വെച്ച് സ്ഥിതപ്രജ്ഞനാവാം എന്നു വിചാരിക്കുന്നത് അസാധ്യമാണ്. ജീവിതകാലം മുഴുവൻ സാധന ചെയ്യണം, അത് അന്ത്യനിമിഷത്തിൽ ഫലപ്രദമായേക്കാം; അല്ലെങ്കിൽ, പൂർവ്വജന്മങ്ങളിൽ വളരെ സാധന ചെയ്തിരിക്കണം.

ശാന്തിമാർഗ്ഗം

ഭഗവാൻ തുടർന്നു പറയുന്നു:

രാഗദ്വേഷവിയുക്തൈസ്തു
വിഷയാൻ ഇന്ദ്രിയൈശ്ചരൻ
ആത്മവശ്യൈർ വിധേയാത്മാ
പ്രസാദം അധിഗച്ഛതി (2.64)

'രാഗദ്വേഷങ്ങൾ കൂടാതെ, മനസ്സിനാൽ നിയന്ത്രിതങ്ങളായ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ വിഷയങ്ങളിൽ ചരിക്കാൻ അനുവദിക്കുന്നതുകൊണ്ട് മനുഷ്യൻ ശാശ്വതശാന്തിയടയുന്നു.'

ഇതുവരെ പറഞ്ഞതിന്റെ സാരം മാത്രമാണിത്. നാം ലോകത്തിലിരിക്കുന്ന കാലത്തോളം ദിവസം ഇരുപത്തി നാലുമണിക്കൂറും കണ്ണും ചെവിയും അടച്ച് യാതൊരു വിഷയസ്പർശവും കൂടാതെ ഇരിക്കുക സാധ്യമല്ല. ഫല മനുഭവിക്കാതെ കർമ്മം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള കുശലതയെപ്പറ്റി ഗീത നേരത്തെ പറയുന്നുണ്ട്. അതുപോലെ, ലോകത്തോടും വിഷയങ്ങളോടും ഇടപെടുന്നതിലും ഒരു കുശലതയുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ മുമ്പിൽ വന്നുചേരുന്ന വിഷയങ്ങളിൽ നിങ്ങളുടെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ ചരിക്കാൻ അനുവദിക്കുക; എന്നാൽ അവയോ ടൊന്നും രാഗമോ ദ്വേഷമോ ഇല്ലാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. പൂർവ്വവാസനകൾമൂലം നമ്മുടെ ചിത്തത്തിൽ അടിഞ്ഞുകി ടക്കുന്ന ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങളുടെ ഫലമായുള്ള രാഗദ്വേഷങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിക്കാതെ അത് നിഷ്പക്ഷമായ വിഷയസ്പർശം മാത്രമായിരിക്കണം. സ്വർണ്ണനാണ്യങ്ങളുള്ള ഒരു പണസ്സഞ്ചി കണ്ടെത്തിയാൽ അത് സ്വന്തമാക്കാനാവും സ്വാഭാവിക പ്രേരണ. ആരും കാണാതെ അത് സ്വന്തമാക്കണം എന്ന വിചാരം കാരണം മനസ്സിൽ ക്ഷോഭമുണ്ടാവുന്നു. മറിച്ച്, രക്തം പുരണ്ട ഒരു പഴംതുണി ചവിട്ടിയെന്നു വരികിൽ നമുക്ക് അറപ്പുതോന്നുകയും, വെള്ളവും അണുനാശിനിയും ഉപയോഗിച്ച് കാലുകഴുകണമെന്നു തോന്നുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇതും മനസ്സിൽ ക്ഷോഭമുണ്ടാക്കുന്നു. മനസ്സിനെ സുസ്ഥിര മാക്കി നിർത്തുന്നതിന് വിഷയങ്ങളിൽ ഉദാസീനരാവുകയും ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾ കൂടാതെ എല്ലാറ്റിനേയും സ്വീകരിക്കു കയും ചെയ്യണം. ഇന്ദ്രിയങ്ങളേയും മനസ്സിനേയും സംയമനം ചെയ്തുവെക്കുമ്പോൾ മനസ്സിന് ശാന്തി (പ്രസാദം) ഉണ്ടാ വുന്നു. ദുഃഖങ്ങളെല്ലാം ശമിക്കുന്നു.

ശ്രീധരസ്വാമി 'പ്രസാദം' എന്ന വാക്കിന് ശാന്തി എന്നാ ണർത്ഥം കൊടുത്തിരിക്കുന്നത്. ശ്രീശങ്കരൻ അതിനെ

പ്രസന്നത, സ്വാസ്ഥ്യം എന്നു വിവരിക്കുന്നു. ചിലർ 'സ്വാസ്ഥ്യം' എന്നതിന് ആത്മനിഷ്ഠത എന്ന് അർത്ഥം കൊടുക്കുന്നു; അതിവിടെ നന്നായി യോജിക്കുന്നില്ല എന്നാ ണെനിക്കു തോന്നുന്നത്.

65, 66 ശ്ലോകങ്ങളിൽ ഭഗവാൻ പ്രസാദം, മനസ്സിന്റെ പ്രസന്നത, കൊണ്ട് എന്തെന്തു ഗുണങ്ങളുണ്ടാവുന്നു എന്ന് വിവരിക്കുന്നു. മനസ്സ് പ്രസന്നമാവുമ്പോൾ എല്ലാ ദുഃഖങ്ങളും അസ്തമിക്കുന്നു, മനസ്സ് ദൃഢവും സുസ്ഥിരവുമാവുന്നു എന്ന് അദ്ദേഹം പറയുന്നു.

പ്രസാദേ സർവ്വദുഃഖാനാം
ഹാനിരസ്യോപജായതേ
പ്രസന്നചേതസോ ഹ്യാശു
ബുദ്ധിഃ പര്യവതിഷ്ഠതേ (2.65)

മനസ്സ് ഏകാഗ്രമാവുന്നില്ലെങ്കിൽ ആ വ്യക്തിക്ക് (അയുക്തൻ) ആത്മദർശനത്തിൽ നിന്നുണ്ടാവുന്ന ജ്ഞാനം ഉണ്ടാവുന്നില്ല; അയാൾക്ക് 'ഭാവന'യും ഇല്ല. 'ഭാവന' എന്നതിന് ശ്രീധര സ്വാമി 'ധ്യാന'മെന്നും ശ്രീശങ്കരൻ 'ആത്മജ്ഞാനാഭിനി വേശം' – ആത്മജ്ഞാനത്തിനുള്ള തീവ്രമായ ആകാംക്ഷ – എന്നും അർത്ഥം പറയുന്നു. ശ്രീധരസ്വാമിയുടെ വ്യാഖ്യാ നമാണ് കൂടുതൽ യോജിക്കുന്നതെന്നു തോന്നുന്നു.

വഴിതെറ്റിക്കുന്ന ഇന്ദ്രിയങ്ങളും മനസ്സും

ഇന്ദ്രിയങ്ങളും മനസ്സും കൂടി മനസ്സിനെ ചഞ്ചലമാക്കു ന്നതെങ്ങനെ എന്നാണ് ഭഗവാൻ ഇനി വിവരിക്കുന്നത്:

ഇന്ദ്രിയാണാംഹി ചരതാം
യന്മനോഽനുവിധീയതേ
തദസ്യ ഹരതി പ്രജ്ഞാം
വായുർനാവമിവാംഭസി (2.67)

'ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ വിഷയങ്ങളിൽ സഞ്ചരിക്കുമ്പോൾ, നിയമനം ചെയ്യപ്പെടാത്ത മനസ്സ് അവയെ പിന്തുടരുകയും, വെള്ളത്തിൽ സഞ്ചരിക്കുന്ന തോണിയെ കാറ്റ് അടിച്ചുകൊണ്ടുപോകുന്നതുപോലെ, ആത്മാനാത്മവിവേകത്തിൽ നിന്നുണ്ടാവുന്ന ജ്ഞാനത്തെ ഇല്ലാതാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.'

ആദ്യം കണ്ണുകൾ നല്ലൊരു മധുരസാധനം കാണുന്നു; മനസ്സ് കണ്ണുകളെ അനുഗമിച്ച് അതനുഭവിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ആ മധുരസാധനത്തോടുള്ള കൊതികാരണം, തന്റെ യജമാനനായ മനുഷ്യന് കലശലായ പ്രമേഹമുണ്ടെന്നും അയാളുടെ കൈവശമുള്ള പണം അയാളുടെ രോഗിയായ അമ്മയ്ക്ക് മരുന്നു വാങ്ങാൻ ഉള്ളതാണെന്നും അത് മറക്കുന്നു. മധുരസാധനം വാങ്ങി തിന്നുന്ന ചിന്ത മാത്രമാണ് മനസ്സിന്. നാം സദാ ജാഗ്രത പുലർത്തി ഇന്ദ്രിയങ്ങളെയും മനസ്സിനെയും അടക്കിനിർത്തണം.

ഇന്ദ്രിയസംയമത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം വിവരിച്ചശേഷം ഭഗവാൻ ഇങ്ങനെ ഉപസംഹരിക്കുന്നു. 'ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ എല്ലാ വശത്തുനിന്നും വിഷയങ്ങളിൽ നിന്ന് പിൻവലിച്ചാൽ മാത്രമേ സ്ഥിതപ്രജ്ഞത കൈവരികയുള്ളൂ.'

തസ്മാദ്യസ്യ മഹാബാഹോ
നിഗൃഹീതാനി സർവ്വശഃ
ഇന്ദ്രിയാണി ഇന്ദ്രിയാർത്ഥേഭ്യഃ
തസ്യപ്രജ്ഞാ പ്രതിഷ്ഠിതാ (2.68)

സ്ഥിതപ്രജ്ഞനും അജ്ഞാനികളും

സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ സദാ പരമസത്യത്തെക്കുറിച്ച് ബോധവാനായി വർത്തിക്കുന്നു. എന്നാൽ അജ്ഞതയിലാണ്ട മറ്റുള്ളവർ ആ അന്ധകാരത്തിൽ മുഴുകിക്കഴിയുന്നു. ഇതാണ് അടുത്ത ശ്ലോകത്തിൽ പറയുന്നത്:

യാ നിശാ സർവ്വഭൂതാനാം
തസ്യാം ജാഗർത്തി സംയമീ
യസ്യാം ജാഗ്രതി ഭൂതാനി
സാ നിശാ പശ്യതോ മുനേഃ (2.69)

തന്റെ അധ്യാത്മലക്ഷ്യത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ ഇന്ദ്രിയങ്ങളേയും മനസ്സിനേയും അടക്കി സദാ ജാഗരൂകനായിരിക്കുന്നു, എന്നാൽ പരമസത്യത്തെക്കുറിച്ച് അജ്ഞരായി ഭൗതികമോഹങ്ങളിൽ കുടുങ്ങിക്കഴിയുന്ന ജനങ്ങൾക്ക് ആത്മാവ് രാത്രിയോ ഇരുട്ടോ ആണ്. അജ്ഞരായ ലൗകികർ ഭൗതികലോകത്തിലെ വസ്തുക്കളിലും സുഖങ്ങളിലും മുഴുകിക്കഴിയുമ്പോൾ ജ്ഞാനിയായ സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ ഉറങ്ങിയാലെന്നപോലെ അവയിൽ അത്യന്തം ഉദാസീനനാണ്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ ലൗകികവിഷയങ്ങളിൽ നിന്ന് പൂർണ്ണമായും പിൻവലിക്കപ്പെട്ടതുകാരണം ലൗകിക വൃത്തികളിൽ അദ്ദേഹത്തിന് അല്പവും താല്പര്യമില്ലാതായിരിക്കുന്നു. ലോകത്തിലെ ലാഭനഷ്ടങ്ങൾ, വിഷയങ്ങളിലുള്ള ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾ എന്നിവ സ്വപ്നതുല്യം അദ്ദേഹത്തിന് താല്പര്യം ജനിപ്പിക്കാതാവുന്നു. ഇന്ദ്രിയങ്ങളും മനസ്സും പ്രവർത്തനരഹിതമായി അകർമ്മണ്യതപോലെ തോന്നിക്കുന്ന സമാധ്യവസ്ഥയിൽ ലോകത്തിന് താല്പര്യമില്ല; എന്നാൽ, സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ സമാധിയെന്ന ഇന്ദ്രിയാതീതമായ അവസ്ഥയിൽ ആനന്ദം കൊള്ളുന്നു.

കാമങ്ങളെ ഉൾക്കൊണ്ട് ജയിക്കാനുള്ള വഴി

സർവ്വദോഷങ്ങളുടേയും മൂലമായ ആഗ്രഹങ്ങളെ ഉപേക്ഷിക്കണം എന്നു പറഞ്ഞുകൊണ്ടാണ് ഭഗവാൻ സ്ഥിത

പ്രജ്ഞവിവരണം തുടങ്ങിയത്. അക്കാര്യംതന്നെ രണ്ടു ശ്ലോകങ്ങളിൽ ആവർത്തിച്ചുകൊണ്ട് ഭഗവാൻ ആ വിവരണം അവസാനിപ്പിക്കുന്നു:

ആപൂര്യമാണം അചലപ്രതിഷ്ഠം
സമുദ്രം ആപഃ പ്രവിശന്തി യദ്വത്
തദ്വത് കാമാ യം പ്രവിശന്തി സർവ്വേ
സ ശാന്തിമാപ്നോതി ന കാമകാമീ (2.70)
വിഹായ കാമാൻ യഃ സർവ്വാൻ
പുമാൻ ചരതി നിസ്പൃഹഃ
നിർമ്മമോ നിരഹങ്കാരഃ
സ ശാന്തിം അധിഗച്ഛതി (2.71)

പല നദികളിലേയും ജലം നിരന്തരം വന്നു വീഴുന്ന സമുദ്രത്തിൽ വീണ്ടും ജലം നിറഞ്ഞാലും അത് കരകവിയാതെ സ്ഥിരമായി നില്ക്കുന്നതുപോലെ, ആരുടെ മനസ്സിൽ കാമങ്ങൾ വന്നുകൊണ്ടിരുന്നാലും അയാളുടെ സ്വസ്ഥത നഷ്ടപ്പെടുന്നില്ലയോ, അത്തരം ഒരാൾക്ക് മാത്രമേ ശാന്തി, അതായത്, മുക്തി, ലഭിക്കുകയുള്ളു; കാമങ്ങൾ നിറഞ്ഞ ഒരാൾക്ക് അത് ലഭ്യമല്ല. എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളേയും ത്യജിച്ച്, യാതൊരുവിധം ആസക്തിയോ, അഹങ്കാരമോ മമതയോ കൂടാതെ, ചരിക്കുന്ന ഒരുവന് പരമമായ ശാന്തി (മുക്തി) ലഭിക്കുന്നു.

മനുഷ്യന് ഈ ലോകത്തിൽ ജീവിക്കേണ്ടതുണ്ട്. അവന് ലൗകികവിഷയങ്ങളോട് ബന്ധപ്പെടാതിരിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. ഒരു സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ ഈയവസ്ഥയിൽ എന്തു ചെയ്യും? അതു വിശദീകരിക്കാൻ ഭഗവാൻ സമുദ്രത്തിന്റെ ഉദാഹരണം പറയുന്നു.

ഞാൻ നദിതീരത്തുപോകുമ്പോൾ പല കല്ലുകളും നിലത്തു കിടക്കുന്നതു കാണുന്നു. എന്നാൽ ഞാൻ അവയെ പരിഗണിക്കുന്നില്ല, അവ എന്റെ മനസ്സിൽ ചിന്തകളൊന്നും ഉണ്ടാക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ, ഒരു സ്വർണ്ണച്ചങ്ങല അവിടെ കിടക്കുന്നതു കണ്ടാൽ എനിക്കുടനെ അതിൽ താല്പര്യമായി; അതിന്റെ അടുത്തുപോയി നോക്കാനോടുന്നു; അത് കൈക്കലാക്കാൻ മനസ്സിൽ ആഗ്രഹം ജനിക്കുന്നു. എന്റെ മനസ്സ് അസ്വസ്ഥമാവുന്നു. ഇതിനുകാരണം പൂർവ്വകാല പരിചയമാണ് മുമ്പുണ്ടായ ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങളുടേയും രാഗദ്വേഷങ്ങളുടേയും വാസനകൾ മനസ്സിൽ അടിഞ്ഞുകിടക്കുന്നതാണ്. ചങ്ങല കണ്ടപ്പോൾ ആ വാസനകൾ സജീവമായി ആഗ്രഹങ്ങളുടെ രൂപത്തിൽ പ്രകടമാവുന്നു. അവിടെ കിടക്കുന്ന കല്ലുകളോട് എനിക്ക് ഇഷ്ടമോ അനിഷ്ടമോ ഇല്ല. അവയിൽ ഞാൻ തീരെ ഉദാസീനനാണ്. വിഷയങ്ങൾ മനസ്സിൽ പ്രവേശിക്കുന്നത് തടയുക സാധ്യമല്ല. എന്നാൽ, സ്വപ്രയത്നം കൊണ്ടും യുക്തിയുക്തമായ ചിന്തകൊണ്ടും നിങ്ങൾക്കവയോടുള്ള പ്രതികരണത്തെ നിയന്ത്രിച്ച്, അവയെ മനസ്സുകൊണ്ടു തള്ളുകയോ കൊള്ളുകയോ ചെയ്യാതെ, ഉദാസീനനായി വർത്തിക്കാം. ദൃഢമനസ്സുകൊണ്ട് നിങ്ങളുടെ പ്രതികരണത്തെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയും. ഉദാഹരണമായി, നൂറുകണക്കിനു നദികൾ സദാ സമുദ്രത്തിലേക്ക് ഒഴുകിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. കൂടുതൽ മഴ പെയ്തോ മറ്റോ അധികം വെള്ളം വന്നു ചേർന്നാൽ സമുദ്രം കരകവിയുന്നില്ല. അത് പഴയതുപോലെ അതേ നിലയിൽ വർത്തിക്കുന്നു. അതുപോലെ, വിഷയങ്ങൾ സ്ഥിതപ്രജ്ഞന്റെ മനസ്സിലും പ്രവേശിക്കുന്നു, അതു തടയാൻ കഴിയില്ല. പക്ഷേ, വിഷയങ്ങളോട് ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങളില്ലാത്ത

സമചിത്തത പുലർത്തുന്നതുകാരണം അദ്ദേഹത്തിന് മനസ്സിനെ നിയന്ത്രിച്ച് വിഷയങ്ങളുടെ സ്വാധീനത്തിൽ നിന്ന് സ്വതന്ത്രനായി നില്ക്കാം. അദ്ദേഹത്തിന്റെ മനസ്സിൽ ഒരു വിധത്തിലുള്ള രാഗദ്വേഷങ്ങളും ഉദിക്കുന്നില്ല. അങ്ങനെ, ശബ്ദ – സ്പർശ – രസ – രൂപ – ഗന്ധാദി വിഷയങ്ങളെല്ലാം അദ്ദേഹത്തിന്റെ മനസ്സിൽ പ്രവേശിച്ച് യാതൊരു പ്രതികരണവും ഉണ്ടാക്കാതെ ലയിച്ചുപോകുന്നു. ഇത്തരം ഒരാൾക്ക് പരമമായ ശാന്തിയും ആനന്ദവും കൈവരുന്നു – അതാണ് മോക്ഷം, മുക്തി. ആഗ്രഹബദ്ധനായ ഒരാൾക്ക് ഈയവസ്ഥ ഒരിക്കലും കൈവരില്ല.

മേൽ ഉദ്ധരിച്ച രണ്ടാമത്തെ ശ്ലോകത്തിൽ ഭഗവാൻ ഒരു ഗുളികയുടെ രൂപത്തിൽ ഈശ്വരസാക്ഷാൽക്കാരം കൈവരുത്താനുള്ള സാധന ഉപദേശിക്കുന്നു. അതൊന്നുകൊണ്ടു മാത്രം ഒരാൾക്ക് ലക്ഷ്യത്തിലെത്താൻ സാധിക്കും.

രണ്ടുതരം ആഗ്രഹങ്ങളുണ്ട് – ഇപ്പോൾ തനിക്കില്ലാത്ത, അല്ലെങ്കിൽ, വേണ്ട മാത്രയിൽ ഇല്ലാത്ത, വസ്തുക്കൾ കൈവശപ്പെടുത്താനുള്ളത് (അപ്രാപ്തസ്യ പ്രാപ്തിഃ) ഉദാഹരണമായി, എനിക്കിപ്പോൾ ബാൾപേനയില്ല, അല്ലെങ്കിൽ, ഒരു പേനയുണ്ട്, എന്നാൽ അതു പോരാത്തതുകൊണ്ട് ഒന്നു രണ്ടെണ്ണം കൂടി വേണം. രണ്ടാമത്തെ തരം ആഗ്രഹം, ഇപ്പോൾ ഉള്ളതിനെ സംരക്ഷിച്ചു നിലനിർത്തുന്നതിനാണ്. അതെന്റെ കൂടെ കുറെക്കാലം കേടുവരാതെ നിലനില്ക്കണമെന്ന് ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ('പ്രാപ്തസ്യ സംരക്ഷണം'). ഗൃഹസ്ഥന് വീട്, ഭാര്യ, കുട്ടികൾ എന്നിവരോട് ആസക്തിയുണ്ട്, മഴകൊണ്ടോ, ഭൂകമ്പം കൊണ്ടോ വീടിന് കേടുപറ്റുക, കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ രോഗം, ഭാര്യയുടെ മരണം എന്നിവയെല്ലാം അയാളുടെ മനസ്സിനെ അസ്വസ്ഥമാക്കുന്നു.

എന്നുതന്നെയല്ല, എന്തു മാർഗ്ഗം അവലംബിച്ചും അയാൾക്ക് അവരെ സുഖമായി പോറ്റണം – അത് കള്ളക്കടത്ത്, കൈക്കൂലി എന്നിവയായാലും സാരമില്ല – ഇതെല്ലാം മനസ്സിനെ അസ്വസ്ഥമാക്കുന്നതാണ്. ഈ ആസക്തി, അഥവാ, ആഗ്രഹം 'സ്പൃഹ' എന്നറിയപ്പെടുന്നു. ഇപ്പോൾ കൈവശമില്ലാത്ത വസ്തുക്കൾ സമ്പാദിക്കാനുള്ള ആഗ്രഹം 'കാമം' എന്നും.

മേൽപ്പറഞ്ഞ ആഗ്രഹങ്ങളുടെയെല്ലാം മൂലകാരണം എന്താണ്? നാം വാസ്തവത്തിൽ ആത്മാവാണ്; എന്നാൽ, അതറിയാതെ നമ്മുടെ ശരീരമാണ് നാം എന്ന് ധരിക്കുന്നു. ഇത് ബൾബിനുള്ളിലെ വൈദ്യുതി താൻ ബൾബാണെന്ന് വിചാരിക്കുന്നതുപോലെയാണ്. സ്വാഭാവികമായി ശരീരത്തെ 'ഞാൻ' എന്നു കരുതി സ്നേഹിച്ചുതുടങ്ങുന്നു; ശരീരത്തോടു ബന്ധപ്പെട്ട കുടുംബാംഗങ്ങൾ, വീട്, മറ്റു വസ്തുക്കൾ എന്നിവയോടെല്ലാം നമുക്ക് സ്നേഹവും ആസക്തിയും ജനിക്കുന്നു. 'ഞാൻ' വാസ്തവത്തിൽ സർവ്വവ്യാപകവും ബോധമയവുമായ ഊർജ്ജമാണ്; എന്നാൽ, അത് ജഡവസ്തുവായ ശരീരമാണെന്ന് തെറ്റിദ്ധരിക്കുന്നു; അതിൽ നിന്നാണ് ആഗ്രഹങ്ങളെല്ലാം ജനിക്കുന്നത്. ആഗ്രഹ പ്രേരിതമായ 'ഞാൻ' സ്വയം കർത്താവാണെന്ന് അഭിമാനിച്ചുകൊണ്ട് ആ ആഗ്രഹങ്ങളെ പൂർത്തീകരിക്കാൻ കർമ്മങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു. കർമ്മങ്ങൾ ധാർമ്മികമോ അധാർമ്മികമോ ആവാം; അവയിൽ നിന്ന് പുണ്യപാപങ്ങൾ ജനിക്കുന്നു; അവയുടെ ഫലം അനുഭവിക്കാനായി വീണ്ടും ജനിക്കേണ്ടി വരുന്നു. അങ്ങനെ 'ഞാൻ' എന്ന അഹംകാരം ഭോക്താവായിത്തീരുന്നു.

അങ്ങനെ, ആഗ്രഹങ്ങളെ ഇല്ലാതാക്കാനുള്ള വഴി അഹംകാരത്തെ ഉപേക്ഷിക്കുകയാണ്; അതിന് കർത്തൃ

ത്വവും ഭോക്തൃത്വവും മമതയും ഉപേക്ഷിക്കണം. പ്രധാനമായി മനസ്സിലാക്കേണ്ടത് ഇതാണ്: പ്രകാശം ചൊരിയുന്ന ഓരോ ബൾബിലും പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം വൈദ്യുതശക്തിയില്ല. വൈദ്യുതി ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്ന യന്ത്രത്തിൽ നിന്ന് പുറപ്പെടുന്ന പൂർണ്ണമാത്രയിലുള്ള വൈദ്യുതശക്തിയാണ് എല്ലാ ബൾബുകളിലേക്കും പ്രവഹിച്ച് നമുക്ക് പ്രകാശം തരുന്നത്. അതിൽ ഒരു പ്രത്യേകം അംശത്തിന് താൻ കർത്താവാണെന്ന് അഭിമാനിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. അതുപോലെ, ഓരോ ശരീരത്തിനും ഒരു പ്രത്യേക വ്യക്തിത്വമോ അഹംകാരമോ ഇല്ല. ലോകത്തിലെ കർമ്മങ്ങളെല്ലാം ഒരു പൂർണ്ണതയുടെ ഭാഗമാണ്; ഓരോ ശരീരവും, എല്ലാ ശരീരങ്ങളിലും വ്യാപിച്ചിരിക്കുന്ന ആ പൂർണ്ണബോധത്തിന്റെ അസ്വതന്ത്രവും സ്വയം പ്രവർത്തന ശേഷിയില്ലാത്തതുമായ ഉപകരണം മാത്രമാണ്; അതിലൂടെ കർമ്മം ചെയ്യപ്പെടുന്നു എന്നുമാത്രം. അങ്ങനെ, ഗുരുവിൽ നിന്നും ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ നിന്നും യാഥാർത്ഥ്യം മനസ്സിലാക്കി, മനനം ചെയ്ത്, വ്യക്തികളായ നാമല്ല നിലനില്ക്കുന്നത്, ആ പൂർണ്ണത മാത്രമാണ് എന്നു ബോധ്യമായാൽ അഹംകാരവും മമതയും ഇല്ലാതാവും. സമുദ്രം വെള്ളത്തുള്ളിയെ ഉൾക്കൊണ്ടു കഴിഞ്ഞാൽ വെള്ളത്തുള്ളിയുടെ വ്യക്തിത്വം ഇല്ലാതാവുന്നു; ആഗ്രഹിക്കാൻ പിന്നെ ആരുമില്ല. അങ്ങനെ, ഞാൻ എന്നും എന്റേതെന്നും ഉള്ള വിചാരം പോയി ആഗ്രഹങ്ങളും ആസക്തികളും ഇല്ലാതാവുമ്പോൾ ആനന്ദവും സർവ്വബന്ധനങ്ങളിൽ നിന്നും മോചനവും അനുഭവപ്പെടുന്നു.

ഉപസംഹാരം

ഭഗവാൻ ഉപദേശിച്ച അത്യന്തം സംഗ്രഹരൂപത്തിലുള്ള ഈ സാധനയേക്കാൾ മുക്തിക്ക് കൂടുതൽ നേരായ വഴി

വേറെയേതുണ്ട്? ഗീതയുടെ സാരം മുഴുവൻ ഉൾക്കൊള്ളുന്നതായി ഒരു ശ്ലോകം തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ എന്നോടു പറയുകയാണെങ്കിൽ ഞാൻ യാതൊരു സംശയവും കൂടാതെ ഈ ശ്ലോകം തിരഞ്ഞെടുക്കും. ഇതിനോടു ബന്ധപ്പെട്ടതാണ് ഈ അധ്യായത്തിലെ അവസാനത്തെ ശ്ലോകം. അതിൽ ഗീതാമാതാവിന്റെ അനുകമ്പ കരകവിഞ്ഞൊഴുകുന്നു:

ഏഷാ ബ്രാഹ്മീസ്ഥിതിഃ പാർത്ഥ
നൈനാം പ്രാപ്യ വിമുഹ്യതി
സ്ഥിത്വാസ്യാം അന്തകാലേfപി
ബ്രഹ്മനിർവ്വാണമൃച്ഛതി (2.72)

ധ്യാനശ്ലോകത്തിൽ ഗീതയെ 'അമ്മ' എന്നു വിളിക്കുന്നത് സത്യമാണ് (അംബ ത്വാം അനുസംദധാമി ഭഗവദ്ഗീതേ ഭവദ്വേഷിണി). ഭൗതികലോകത്തിലെ സുഖദുഃഖങ്ങൾ അനുഭവിച്ചു ജീവിക്കുകയും അന്ത്യനിമിഷത്തിൽ മോക്ഷം വേണമെന്ന് അതിയായി ആഗ്രഹിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരുടെ സ്ഥിതിയെന്താണ്? ഉദാഹരണമായി പരീക്ഷിത്തു മഹാരാജാവിനെ നോക്കാം. ഏഴുദിവസത്തിനകം മരിക്കുമെന്ന് അറിഞ്ഞ അദ്ദേഹത്തിന് മോക്ഷപ്രാപ്തിക്കായി താൻ എന്തു ചെയ്യണമെന്ന് അറിയാൻ അത്യന്തം ആഗ്രഹമുണ്ടായിരുന്നു. ഗീതാമാതാവ് മേലുദ്ധരിച്ച ശ്ലോകത്തിൽ പറയുന്നു: ജീവിതത്തിന്റെ അന്ത്യനിമിഷത്തിലെങ്കിലും എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളേയും ആസക്തികളേയും ഉപേക്ഷിച്ച്, ഞാനെന്നും എന്റേതെന്നുമുള്ള വിചാരം കൂടാതെ, ഇരിക്കാമെങ്കിൽ അയാൾക്ക് പരമമായ ബ്രഹ്മാവസ്ഥ പ്രാപിക്കാം; അവിടെ നിന്ന് പിന്നെ മോഹജാലത്തിലേക്ക് വീഴില്ല. സത്സംഗം, പ്രാർത്ഥന, ഈശ്വരകൃപ എന്നിവയുടെ ഫലമായി മരണശയ്യയിലുള്ള ഒരാൾ എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളേയും ബലമായി ഉപേക്ഷിച്ച്,

ഡോക്ടർമാർ, മരുന്നുകൾ, അടുത്ത് നില്ക്കുന്ന ബന്ധുക്കൾ എന്നിവരെ അവഗണിച്ച് ഈശ്വരന് പൂർണ്ണമായി ആത്മ സർപ്പണം ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ അയാൾക്ക് 71-ാം ശ്ലോക ത്തിൽ പറഞ്ഞ നിബന്ധനകൾ പൂർണ്ണമാക്കാൻ സാധിക്കും. ഇത് അസാധ്യമല്ല. ഞാൻ തന്നെ ഇത്തരം സംഭവങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. എന്റെ ഒരു യുവസുഹൃത്ത്, ഗുപ്ത, മീററ്റിൽ ഒരു ബാങ്കിൽ ജോലി ചെയ്യുകയായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന് അടിയന്തിരമായി രക്തം കൊടുക്കുന്നതിന്നുവേണ്ടി ഒരു രാത്രി ദൽഹിയിലേക്ക് കാറിൽ കൊണ്ടുപോവുകയായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൂടെ കാറിൽ ഒരു സ്വാമിയുണ്ടായിരുന്നു. ഗുപ്ത പിൻസീറ്റിൽ കിടക്കുകയാണ്. വേറൊരു കാറിൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ മാതാപിതാക്കളും, നാലുകൊല്ലം മുമ്പ് വിവാഹം കഴിച്ച ഭാര്യയും രണ്ടുവയസ്സായ കുട്ടിയും പോകു ന്നുണ്ട്. പകുതി വഴിക്കു വെച്ച് ഗുപ്ത കാറ് നിർത്താൻ പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹം കാറിൽ എഴുന്നേറ്റിരുന്നു. തന്റെ കൂടെ യുള്ള ബന്ധുക്കളാരും അരമണിക്കൂർ നേരത്തേക്ക് തന്റെ സമീപത്ത് വരാതെ നോക്കാൻ കൂടെയുള്ള സ്വാമിയോടപേ ക്ഷിച്ചു. ആ സ്വാമിയോടും ഡ്രൈവറോടും കാറിൽ നിന്നി റങ്ങി അല്പം അകലെ നില്ക്കാൻ പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹം കാറിന്നുള്ളിൽ ധ്യാനത്തിലിരുന്ന് ഇരുപതു മിനിട്ടിന്നുള്ളിൽ ശരീരമുപേക്ഷിച്ചു. എന്റെ അറിവിൽ, ഗുപ്ത, ശ്രീരാമ കൃഷ്ണ ഭക്തനായിരുന്നുവെങ്കിലും കാര്യമായി സാധന യൊന്നും ചെയ്തിരുന്നില്ല. അദ്ദേഹം ഒരു സാധാരണ ഗൃഹസ്ഥ ജീവിതം നയിക്കുകയായിരുന്നു. അന്ത്യസമയത്തെ ങ്കിലും, താൻ പരമസത്യം തന്നെയാണ്, സർവ്വവ്യാപകമായ ശുദ്ധബോധമാണ്, ശരീരവുമായി തനിക്കൊരു ബന്ധവുമില്ല എന്ന ഉറച്ച ബോധമുണ്ടായാൽ അഹംകാരമോ ആഗ്രഹ

ങ്ങളോ ഉണ്ടാവില്ല. നിങ്ങളുടെ ആഗ്രഹങ്ങളെല്ലാം ഒരിക്കലും ഫലിക്കാൻ പോവുന്നില്ല എന്നോർക്കുക. നിങ്ങൾ ആസൂ ത്രണം ചെയ്ത പരിപാടികളൊക്കെ അപ്രതീക്ഷിതമായ കാരണങ്ങളാൽ തകരാറായിപ്പോവുന്നു. പ്രസിദ്ധരായ രാജീവ് ഗാന്ധിയോ, പ്രസിഡന്റ് കെന്നഡിയോ തങ്ങൾ പെട്ടെന്നു കൊല്ലപ്പെടുമെന്ന് എപ്പോഴെങ്കിലും പ്രതീക്ഷിച്ചുവോ? ജീവിതമാകെ ഒരു നാടകമാണ്. അതിലെ വരികൾ പണ്ടേ എഴുതിക്കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിലെ ഓരോ സംഭവവും ഈശ്വരനാൽ നിശ്ചിതവും നിയന്ത്രിതവുമാണ്. അന്ത്യനിമിഷത്തിലെങ്കിലും ഈശ്വരന് ആത്മസമർപ്പണം ചെയ്യുക. നിങ്ങൾക്ക് മനസ്സിനെ വേണമെങ്കിൽ ഈശ്വരനിൽ നിർത്താം; അല്ലെങ്കിൽ ലോകത്തിൽ നിർത്താം – നിങ്ങൾക്ക തിൽ പൂർണ്ണ സ്വാതന്ത്ര്യമുണ്ട്. ആ അന്ത്യനിമിഷത്തിൽ ഒരു ശക്തിക്കും പണത്തിനും ബന്ധുക്കൾക്കും സുഹൃത്തു ക്കൾക്കും നിങ്ങളെ സഹായിക്കാനാവില്ല. ഈശ്വരൻ മാത്ര മാണ് ഒരേയൊരു ഉറപ്പുറ്റ ആശ്രയം. അത്യന്തം ഏകാഗ്രത യോടെ ഈശ്വരനെ സ്നേഹിക്കുക; ഈശ്വരനോട് പ്രാർത്ഥി ക്കുക. അപ്പോൾ പ്രാർത്ഥിക്കാൻ സാധിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ മനസ്സുകൊണ്ട് 'മാ, മാ' എന്നോ, 'പ്രഭോ, പ്രഭോ' എന്നോ, 'രാമ, രാമ' എന്നോ, വേറെ ഏതെങ്കിലും ഇഷ്ടമുള്ള നാമമോ ഉരുവിടുക. അതും സാധ്യമല്ലെങ്കിൽ ഈശ്വരനാമം അഥവാ, പ്രാർത്ഥന, ആവർത്തിക്കുന്ന ഒരു ടേപ്പ് റെക്കോർഡർ പ്രവർ ത്തിപ്പിക്കാൻ ഏർപ്പാട് ചെയ്യുക. ഭക്തിമാർഗ്ഗത്തിൽ പ്രവർത്തി ക്കുന്ന സാധകന്മാർക്ക് ഈ ആത്മസമർപ്പണമാണ് പരമമായ സാധന. ഇതാണ് ഭഗവാൻ 18-ാം അധ്യായത്തിൽ 65, 66 ശ്ലോകങ്ങളിൽ ഉപദേശിക്കുന്നത്.

മന്മനാ ഭവ മദ്ഭക്തോ മദ്യാജീ മാം നമസ്കുരു
മാമേവൈഷ്യസി സത്യം തേ പ്രതിജാനേ പ്രിയോഽസിമേ,
സർവ്വധർമ്മാൻ പരിത്യജ്യ മാമേകം ശരണം വ്രജ
അഹം ത്വാ സർവ്വപാപേഭ്യോ മോക്ഷയിഷ്യാമി മാ ശുച.

ഈ രണ്ടു ശ്ലോകങ്ങളും രണ്ടാമധ്യായം അവസാനത്തിലെ രണ്ടു ശ്ലോകങ്ങളും ഒഴികെ ഗീത മുഴുവനും മറ്റു ശാസ്ത്ര ഗ്രന്ഥങ്ങളും നഷ്ടപ്പെട്ടാലും, മനുഷ്യരാശിയെ മുഴുവൻ ആനന്ദത്തിന്റെ പരകോടിയിലെത്തിക്കാൻ ഇവ മാത്രം മതി.

നേരായ വഴി എല്ലാവർക്കും ഏറ്റവും ലളിതമായ വഴി യാവണമെന്നില്ല. സരളമാണോ സങ്കീർണ്ണമാണോ എന്നത് മനസ്സിന്റെ പൂർവ്വ സംസ്കാരം അനുസരിച്ച് ഓരോരുത്തരു ടേയും വ്യക്തിപരമായ അനുഭവമാണ്. പലർക്കും അവരുടെ ഇപ്പോഴത്തെ വിശ്വാസങ്ങളെ അതിക്രമിക്കാൻ അനുവദി ക്കാത്ത ചില മാനസിക തടസ്സങ്ങൾ ഉണ്ടാവാം. അവർക്ക് അഹംകാരത്തെ ജയിക്കാനുള്ള വഴി സത്സംഗം, ഗുരു തന്ന മന്ത്രം ജപിക്കൽ, ധ്യാനം, പരമാത്മാവിൽ നിന്ന് അഭിന്നമായ ഇഷ്ടദേവതയോടുള്ള ആത്മാർത്ഥമായ പ്രാർത്ഥന, ഗുരു വിനോ ഈശ്വരനോ പൂർണ്ണമായ ആത്മസമർപ്പണം എന്നി വയാണ്. ഇതുകൊണ്ട് അവസാനം അഹന്തയേയും മമത യേയും ഉപേക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കും; അതോടെ ആഗ്രഹങ്ങ ളെല്ലാം അറ്റുപോകും. വിജയത്തിനുള്ള പരമമായ ഉപാധി ഈശ്വരകൃപ, അഥവാ, ഗുരുകൃപയാണ്. എല്ലാ യോഗങ്ങ ളിലും, സാധന എന്തുതന്നെയായാലും, ഇത് സാമാന്യനിയമ മാണ്. ഇത് പെട്ടെന്ന് എവിടെ നിന്നോ പൊട്ടിവീഴുന്ന ഒന്നല്ല. സ്വപ്രയത്നം കൊണ്ടും ഈശ്വര (ആത്മ) സാക്ഷാൽക്കാര ത്തിനുള്ള തീവ്രമായ ആകാംക്ഷകൊണ്ടും കൈവരുന്ന ഒന്നാണ് ഈ കൃപ.

ജ്ഞാനമാർഗ്ഗത്തിൽ സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ എന്നു പറയുന്ന വ്യക്തിയെത്തന്നെ പതിന്നാലാം അധ്യായത്തിൽ ഗുണാതീ തനായി വിവരിച്ചിരിക്കുന്നു. ഭക്തിമാർഗ്ഗത്തിൽ ഇവരെത്തന്നെ ഈശ്വരന്റെ പ്രിയഭക്തരായി പറയുന്നു. പ്രിയഭക്തന്റെ ഗുണ ങ്ങൾ താഴെ വിവരിക്കുന്നവയാണ് (പന്ത്രണ്ടാം അധ്യായം – ശ്ലോകം 13–19)

1. സർവ്വദാ ആത്മസന്തുഷ്ടനായിരിക്കുക
2. 'ഞാൻ' എന്നും 'എന്റേത്' എന്നും ഉള്ള ഭാവം ഇല്ലാതി രിക്കുക.
3. സുഖദുഃഖങ്ങളിൽ സമബുദ്ധി
4. മനഃസംയമം, ദൃഢനിശ്ചയം
5. ക്രോധം, ഭയം എന്നിവയില്ലാതിരിക്കൽ
6. സംഭവങ്ങളോടും വിഷയങ്ങളോടും ഉദാസീനഭാവം
7. രാഗദ്വേഷങ്ങൾ ഇല്ലാതിരിക്കുക, ആഗ്രഹങ്ങളെല്ലാം ഉപേക്ഷിക്കുക.
8. നിന്ദയിലും സ്തുതിയിലും സമചിന്തത.

ഈശ്വരസാക്ഷാൽക്കാരത്തിനായി ഏതു യോഗമാർഗ്ഗം സ്വീകരിച്ചാലും ശരി, മേൽപറഞ്ഞ ഗുണങ്ങൾ വളർത്തുക തന്നെ വേണം. അയാളെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞനെന്നോ, ഗുണാ തീതനെന്നോ, ഭക്തനെന്നോ വിളിക്കാം. സ്ഥിതപ്രജ്ഞ ലക്ഷണം വിവരിക്കുന്ന ഈ ശ്ലോകങ്ങൾ (2.55–72) അർത്ഥ മറിഞ്ഞ് ആവർത്തിച്ചു ചൊല്ലുന്നതുകൊണ്ടുതന്നെ നമ്മുടെ സാധന തീവ്രമായി നമ്മെ ലക്ഷ്യത്തിലെത്താൻ സഹാ യിക്കും.

സ്ഥിതപ്രജ്ഞതയുടെ സുപ്രധാന ഘടകം എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളേയും ആസക്തികളേയും ഉപേക്ഷിക്കുക യാണ്. അതിന് ഇന്ദ്രിയങ്ങളേയും മനസ്സിനേയും സംയമനം

ചെയ്യണം, അഹംകാരത്തെ – ശരീരമനസ്സുകൾ 'ഞാൻ' ആണെന്ന ഭാവനയെ – ഉപേക്ഷിക്കണം. ആഗ്രഹങ്ങളെ ശമിപ്പിക്കുകയും അഹംകാരത്തെ അകറ്റുകയും ചെയ്താൽ നിഷ്പക്ഷമായ വസ്തുദർശനം, ക്രോധവും ഭയവും ഇല്ലായ്മ, സമചിത്തത തുടങ്ങിയ ഗുണങ്ങൾ സ്വയമേവ വന്നുചേരും. അനാസക്തിയും ആസക്തിയും വേണ്ടവിധം പ്രയോഗിക്കുകയാണ് ആവശ്യം. മനസ്സ് ലൗകികവിഷയങ്ങളെ ആഗ്രഹിക്കുമ്പോൾ അതിനെ അവയിൽ നിന്ന് വിടുത്തി ഈശ്വരനോട് കൂട്ടിച്ചേർക്കുക. ഈശ്വരനെ ഗാഢമായി സ്നേഹിക്കുക. നാം ജനിച്ച നിമിഷം മുതൽ ഭഗവൽ കൃപ നമ്മുടെ കൂടെയുണ്ട്, നമ്മുടെ സാധനാവേളയിൽ ഓരോ നിമിഷവും അത് നമുക്കൊപ്പമുണ്ട് എന്ന് ഉറപ്പായി ധരിക്കുക. അതു നമുക്ക് വലിയ പ്രോത്സാഹനവും സഹായവും തരുന്നു. നാം ലക്ഷ്യത്തിലെത്തുമെന്ന് ഉറപ്പാക്കുന്നു. ഒരു രാജകുമാരിക്ക് തന്റെ കഴുത്തിലെ സ്വർണ്ണാഭരണം കാണാതായി; അവൾ ഉൽക്കണ്ഠയോടെ അതെങ്ങും തിരഞ്ഞു. അപ്പോൾ അത് അവളുടെ കഴുത്തിൽത്തന്നെയുണ്ടെന്ന് ഒരു തോഴി ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചു. രാജകുമാരിക്ക് സന്തോഷമായി. കാണാതായ ആഭരണം കണ്ടെത്തുകയായിരുന്നില്ല ഇവിടെ നടന്നത്; കഴുത്തിൽത്തന്നെയുണ്ടായിരുന്നു ആഭരണം എന്നറിയുകയായിരുന്നു. ആത്മാവിന്റെ കാര്യവും ഇതുപോലെതന്നെയാണ്. ആത്മാവ് എന്നും നമ്മോടൊപ്പമുണ്ടായിരുന്നു എന്ന് അറിയാൻ മാത്രമാണ് ആത്മാന്വേഷണം മുഴുവൻ. നാം ആത്മാവുതന്നെ. ഭഗവാൻ രമണമഹർഷി ഈ കഥയെ 'കണ്ഠാഭരണത്തിന്റെ കഥ' എന്നു പറയുമായിരുന്നു.

നാമെല്ലാം ഈ ജന്മത്തിൽത്തന്നെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞരായി ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം നേടട്ടെ.

ഹരി ഓം.